

CURRICOLO VERTICALE D'ISTITUTO

PRIMO BIENNIO

Disciplina Scienze motorie e sportive

Finalità formative (in coerenza con le linee guida previste per gli istituti tecnici)³

Far conseguire allo studente, al termine del percorso quinquennale dei risultati di apprendimento che lo mettono in grado di avere consapevolezza dell'importanza che riveste la pratica motoria dell'attività motoria-sportiva" per il benessere individuale e collettivo e di saperla esercitare in modo efficace".

Classe 1°

Competenze ⁴	Conoscenze	Abilità	Obiettivi minimi ⁵
-possiede le capacità motorie di base sia di tipo condizionale che coordinativo. -sa applicare le principali regole di gioco.	-conosce le capacità condizionale e coordinative. -conosce le regole di gioco.	-sa utilizzare la forza, velocità, resistenza e mobilità articolare. -esegue i fondamentali di gioco individuali.	-sa utilizzare in forma semplice le capacità motorie di base. -esegue anche in modo semplice i fondamentali di gioco.
-sa applicare semplici norme di sicurezza.	-conosce le norme di primo soccorso e di tutela della salute.	-cerca di prevenire gli infortuni, ed adotta uno stile di vita sano.	- sa muoversi in sicurezza.

--	--	--	--

Classe 2°

Competenze ⁴	Conoscenze	Abilità	Obiettivi minimi ⁵
<p>-individua le attività che sviluppano le capacità condizionali e coordinative.</p> <p>-sa applicare le regole di gioco e le rispetta.</p> <p>-applica le proprie conoscenze per il proprio benessere</p>	<p>-conosce le capacità condizionali e coordinative.</p> <p>-conosce le regole di gioco.</p> <p>-conosce le prime regole di primo soccorso; conosce i rischi per la salute in seguito a cattive abitudini di vita.</p>	<p>-sa migliorare le proprie capacità condizionali e coordinative.</p> <p>-esegue i fondamentali di gioco.</p> <p>-sa prevenire gli infortuni. Sa evitare errate abitudini di vita.</p>	<p>-sa svolgere semplici esercizi che coinvolgono i vari distretti muscolari.</p> <p>-esegue in forma semplice i fondamentali individuali di gioco.</p> <p>-sa muoversi in sicurezza, guidato e non.</p>