



REPUBBLICA ITALIANA - REGIONE SICILIA
ISTITUTO DI ISTRUZIONE SECONDARIA SUPERIORE
“MANDRALISCA”
LICEO GINNASIO STATALE e I.P.S.S.E.O.A. - CEFALU’
Via Maestro Vincenzo Pintorno 27 - e-mail: PAIS00200N@istruzione.it
Tel. 0921/421695 – Fax 0921/422998 – C.F.82000270825
www.iismandralisca.gov.it

ANNO SCOLASTICO 2017/2018

DIPARTIMENTO SCIENTIFICO

CURRICOLO DI SCIENZE MOTORIE

Primo biennio

TRAGUARDO DELLA COMPETENZA	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONOSCENZE	ABILITÀ
<p>Utilizzare gli stimoli percettivi per realizzare in modo idoneo ed efficace un'azione motoria richiesta, padroneggiando il proprio corpo nelle varie attività sportive individuali e di gruppo.</p>	<p>Sapere: Svolgere compiti motori in situazioni inusuali, adattamento motorio e prassie motorie.</p> <p>Percepire le azioni e il ritmo.</p> <p>Compiere azioni motorie nel minor tempo possibile.</p>	<p>Conoscere le principali strutture anatomiche del corpo umano e le principali funzioni degli apparati.</p> <p>Conoscenza degli equilibri posturali.</p> <p>Conoscere i fondamentali individuali delle discipline praticate.</p>	<p>Percezione, consapevolezza ed elaborazione di risposte motorie efficaci e personali in situazioni semplici.</p> <p>Assumere posture corrette a carico naturale.</p> <p>Perfezionare le abilità motorie di base: camminare, correre, saltare, lanciare, colpire, prendere, calciare, schivare, rotolare ecc. Perfezionare le abilità tecniche specifiche di discipline sportive e riuscire ad automatizzarle.</p>
<p>Aver acquisito competenze tecnico tattiche in alcuni sport individuali e di squadra, valorizzando le attitudini personali.</p>	<p>Praticare almeno uno sport di squadra ed uno individuale.</p>	<p>Regole di gioco, tecniche esecutive ed arbitraggio sia in giochi di squadra che in sport individuali.</p>	<p>Eseguire i fondamentali individuali degli sport praticati.</p>

Avere competenze nel saper affrontare il confronto agonistico con etica corretta.	Apprendere concetti relativi al fair play sportivo.	Conoscere gli aspetti essenziali del buon comportamento in campo, del rispetto dei regolamenti e delle decisioni arbitrali.	Rispetto degli altri con spirito collaborativo. Raggiungere un buon livello di auto-valutazione, controllo dell'aggressività, per acquisire una sana gestione della vittoria o dell'insuccesso.
L'alunno è in grado di applicare comportamenti adeguati al mantenimento dell'efficienza fisica al fine di avere stili di vita fisicamente attivi.	Conoscenza e consapevolezza delle fondamentali norme di igiene, delle corrette abitudini alimentari, delle elementari norme di primo soccorso in caso d'infortunio e delle norme di comportamento ai fini della prevenzione degli incidenti.	Semplici nozioni di igiene personale ed igiene delle palestre. Norme di primo soccorso e prevenzione. Educazione alimentare in relazione allo sport.	Riconoscere ed applicare i modelli teorici relativi alla prevenzione degli infortuni in palestra. Collaborare in modo attivo ed efficace nel prestare soccorso. Saper riconoscere le norme alimentari indispensabili per il mantenimento del proprio benessere.