



Istituto di Istruzione Secondaria Superiore
**LÉONTINE e GIUSEPPE
DE NITTIS**
- Liceo Artistico | Istituto Professionale -

DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

COMPETENZE

- Riconoscere i principali aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea ed esercitare in modo efficace la pratica sportiva per il benessere individuale e collettivo.
- Individuare e utilizzare le moderne forme di comunicazione visiva e multimediale, anche con riferimento alle strategie espressive e agli strumenti tecnici della comunicazione in rete.

ABILITÀ

- Eseguire compiti motori che implicano l'utilizzo delle capacità motorie in condizioni facili e normali di esecuzione, considerando i principi di prevenzione e sicurezza.
- Eseguire le abilità motorie combinate tra loro, in forma successiva e simultanea, in condizioni facili e normali di esecuzione.
- Utilizzare semplici termini della disciplina.
- Eseguire i fondamentali elementi tecnici degli sport proposti mettendo in atto semplici strategie di gioco improntate sul principio del fair play.
- Eseguire gesti, azioni e movimenti utilizzando vari codici espressivi organizzando le componenti comunicative ed estetiche.
- Raccogliere, organizzare, rappresentare e trasmettere efficacemente informazioni.
- Utilizzare la rete Internet per ricercare fonti e dati.
- Comunicare nel contesto digitale, condividere risorse attraverso strumenti on line, collegarsi con gli altri e collaborare attraverso strumenti digitali.

CONOSCENZE

UDA 1 - SALUTE E BENESSERE
Gli effetti delle attività motorie e sportive per il benessere della persona e i principi fondamentali di prevenzione e sicurezza
Gli aspetti della motricità
L'apparato cardiocircolatori
Infortunistica e prevenzione: recupero delle conoscenze dell'apparato locomotore; cenni di traumatologia dello sport
UDA 2 - SPORT INDIVIDUALI E/O DI SQUADRA
Le regole ed i regolamenti degli sport proposti: badminton; pallavolo; paddle; pallacanestro
La tecnica di base degli sport proposti



Istituto di Istruzione Secondaria Superiore
**LÉONTINE e GIUSEPPE
DE NITTIS**
- Liceo Artistico | Istituto Professionale -

UDA 3 - LA PERCEZIONE DI SÉ ED IL COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITÀ MOTORIE ED ESPRESSIVE

Il linguaggio del corpo ed i vari codici espressivi

La terminologia specifica della disciplina, applicandola in riferimento ai contenuti proposti

Capacità motorie condizionali

UDA 4 - PREVENZIONE E SICUREZZA

Sistemi di documentazione, archiviazione e trasmissione delle informazioni

Social network e new media come fenomeno comunicativo

ABILITÀ MINIME

- Eseguire semplici compiti motori.
- Eseguire gli elementi di base degli sport proposti.
- Riprodurre semplici sequenze motorie.
- Utilizzare la rete Internet per raccogliere dati.

CONOSCENZE ESSENZIALI

- Conoscere semplici termini della disciplina.
- Conoscere i principali termini tecnici degli sport proposti.
- Conoscere semplici codici espressivi.
- Conoscere i principali social network.

TIPOLOGIA DI VERIFICHE

- Test di valutazione motoria e attitudinale.
- Prove criteriali e osservazioni sistematiche.
- Verifiche orali e/o scritte (questionario strutturato a risposta chiusa e/o questionari a risposta chiusa-aperta).
- Elaborati prodotti dagli studenti.
- Verifiche orali, con valore formativo.
- Verifiche sommative, condotte tramite programmi di instant pool (come i Moduli di Google).