



UNITÀ DI APPRENDIMENTO

DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

CLASSE PRIMA

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.
- 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.

CONOSCENZE

UDA 1- SALUTE, BENESSERE

Gli effetti delle attività motorie e sportive per il benessere della persona e i principi fondamentali di prevenzione e sicurezza.

L'apparato locomotore: apparato scheletrico; le articolazioni.

Gli elementi base in materia di promozione della salute (nozioni di primo soccorso).

Corretta alimentazione: conoscenze di base di educazione alimentare.

UDA 2 - SPORT INDIVIDUALI E/O DI SQUADRA

Le regole ed i regolamenti degli sport proposti: il badminton; il paddle; la pallavolo.

La tecnica di base degli sport proposti.

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.

Capacità motorie: distinzioni tra capacità condizionali e coordinative.



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).