

## CURRICOLO VERTICALE

### SCIENZE MOTORIE

Liceo statale "Celio Roccati"

Obiettivi di apprendimento in SCIENZE MOTORIE al termine del **PRIMO BIENNIO** della scuola secondaria di secondo grado :

Conoscenze	Abilità	Competenze
<ul style="list-style-type: none"><li>- Conoscere il proprio corpo e le sue modificazioni.</li><li>-Conoscere gli assi anatomici di riferimento</li><li>-Conoscere le posizioni ed i movimenti fondamentali del corpo umano</li><li>- Conoscere le regole fondamentali per un semplice approccio alla realizzazione dei giochi.</li><li>- Conoscere gli schemi motori di base e lo schema corporeo</li><li>- Individuare le differenze qualitative dei materiali utilizzati</li><li>- Conoscere i concetti spaziali essenziali</li><li>- Conoscere la dimensione espressiva e comunicativa del corpo. C.N.V</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Saper controllare i segmenti corporei in situazioni complesse</li><li>- Riconoscere le modifiche cardio-respiratorie durante il movimento</li><li>- Controllare la respirazione e la capacità di rilassare il corpo</li><li>- Controllare l'azione in relazione alle informazioni visive e uditive</li><li>- Padroneggiare gli schemi motori di base.</li><li>- Sviluppare l'indipendenza segmentaria</li><li>- Organizzare il movimento rispettando le sequenze temporali.</li><li>- Saper riconoscere le attività in cui il corpo usa in modo diverso la forza, la velocità e la resistenza.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Associare e gestire in modo corretto tutte le combinazioni degli schemi motori di base</li><li>- Acquisire sufficienti capacità coordinative generali</li><li>- Conoscere ed applicare correttamente semplici schemi dei giochi sportivi</li><li>- Comprendere e produrre messaggi non verbali</li><li>- Conoscere ed applicare norme igienico-sanitarie ed alimentari indispensabili per il benessere individuale</li><li>- Riconoscere le componenti spazio-temporali in ogni situazione sportiva.</li><li>- Osservare, rilevare e saper giudicare un'azione motoria</li></ul>

<ul style="list-style-type: none"><li>- Percepire e riconoscere il senso di benessere derivato dall'attività motoria e ludico-espressiva.</li><li>- Conoscere le informazioni sensoriali</li><li>- Conoscere le varie tipologie del movimento.</li><li>- Conoscere le regole essenziali e i fondamentali tecnici di almeno 2 giochi sportivi.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>-Rispettare le regole nei giochi</li><li>- Accettare e collaborare nei vari ruoli dei giochi</li><li>- Utilizzare spazi e attrezzi in modo corretto e sicuro.</li><li>- Riconoscere e utilizzare il ritmo nell'azione motoria.</li><li>- Utilizzare in modo corretto i fondamentali dei giochi proposti</li><li>- Riuscire ad acquisire il significato di "fair-play" in ambito sportivo.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>-Applicare le regole e saper riconoscere i semplici gesti arbitrali degli sport praticati</li><li>- Sapersi esprimere ed orientare in attività in ambiente naturale</li></ul>
---	---	---

Obiettivi di apprendimento in SCIENZE MOTORIE al termine del **SECONDO BIENNIO** della scuola secondaria di secondo grado:

Conoscenze	Abilità	Competenze
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Riconoscere il rapporto tra attività motoria e i cambiamenti psicofisici dell'adolescenza</li> <li>- Conoscere le informazioni relative alle capacità motorie</li> <li>- Conoscere l'apparato scheletrico</li> <li>- Conoscere l'apparato articolare</li> <li>- Conoscere la postura, i paramorfismi e dismorfismi</li> <li>- Conoscere la back school e le patologie della colonna vertebrale</li> <li>- Conoscere i regolamenti dei grandi giochi sportivi proposti</li> <li>- Conoscere alcune attività motorie in ambiente naturale</li> <li>- Conoscere gli elementi basilari del Primo Soccorso C.R.I</li> <li>- Approfondire le regole essenziali e i fondamentali tecnici degli sport trattati.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Possedere coscienza e rispetto del proprio corpo</li> <li>- Essere consapevoli dei propri limiti</li> <li>- Elaborare risposte motorie efficaci in situazioni complesse</li> <li>- Incrementare qualitativamente le capacità coordinative</li> <li>- Potenziare le capacità condizionali</li> <li>- Analizzare i movimenti discriminando le azioni non rispondenti al gesto richiesto</li> <li>- Comprendere il ritmo e la fluidità del movimento</li> <li>- Riuscire a trasferire tecniche e tattiche apprese nei vari giochi sportivi</li> <li>- Cooperare nel gruppo valorizzando le attitudini individuali dei compagni</li> <li>- Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza ed al miglioramento della salute</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valorizzare con il movimento la propria corporeità come manifestazione di una personalità equilibrata e stabile.</li> <li>- Aver raggiunto un buon equilibrio funzionale e neuro muscolare</li> <li>- Aver acquisito una conoscenza e pratica di alcuni sport</li> <li>- Essere in grado di apprezzare lo sport come valore di confronto e come momento formativo utile a favorire l'acquisizione di comportamenti sociali corretti.</li> <li>- Riuscire attraverso il movimento ad interpretare l'attività espressiva dei propri messaggi corporei e quelli degli altri.</li> <li>- Assumere ruoli specifici all'interno della squadra nello sport praticato</li> </ul>

Obiettivi di apprendimento in SCIENZE MOTORIE al termine del **QUINTO ANNO** della scuola secondaria di secondo grado:

Conoscenze	Abilità	Competenze
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Percorsi di approfondimento di tematiche relative al corpo affini all'indirizzo del corso di studio svolto</li> <li>- La donazione degli organi: il valore del dono quale supporto di una cultura. U.S.L5</li> <li>- Regolamenti dei principali giochi sportivi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coscienza completa della propria corporeità</li> <li>- Capacità di controllo emotivo nell'espressione motoria</li> <li>- Capacità di trasferire l'apprendimento motorio delle attività proposte nelle diverse situazioni</li> <li>- Capacità di distinguere i diversi significati che lo sport può assumere</li> <li>- Utilizzo in modo consapevole e corretto delle capacità motorie acquisite.</li> <li>- Completo raggiungimento dello sviluppo corporeo e motorio attraverso l'affinamento delle qualità psico-fisiche</li> <li>- Assumere comportamenti alimentari responsabili</li> <li>- Praticare in forma globale varie attività all'aperto</li> <li>- Assumere comportamenti equilibrati nei confronti dell'organizzazione del proprio tempo libero.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valorizzazione della dimensione comunicativa della corporeità</li> <li>- Arricchimento della coscienza sociale attraverso una piena consapevolezza di sé, l'accettazione dell'altro e la comprensione delle diversità individuali.</li> <li>- Aver consolidato una cultura motoria e sportiva quale costume di vita</li> <li>- Valutazione dello sport come valore di confronto utile a favorire un inserimento consapevole nella società</li> <li>- Lettura critica e capacità di decodificare i propri messaggi corporei e quelli degli altri</li> <li>- Praticare gli sport anche all'aperto applicando strategie efficaci per la risoluzione di situazioni problematiche</li> <li>- Prendere coscienza del valore della corporeità per impostare il proprio benessere individuale anche nella quotidianità</li> <li>- Osservare criticamente i fenomeni connessi al mondo sportivo</li> </ul>