NIGHTINGALE
ISTITUTO STATALE D'ISTRUZIONE SUPERIORE

Ente accreditato dalla Regione
Veneto per la formazione superiore
Via Verdi, 60 – 31033 Castelfranco Veneto (TV)
C.F. 90001990267

WWW.ISISOCIALI.EDU.IT
TVIS017009@ISTRUZIONE.IT
TVIS017009@PEC.ISTRUZIONE.IT
Tel. 0423 472801

Istituto Statale di Istruzione Secondaria Superiore
"Florence Nightingale"

COD. MECCANOGRAFICO: TVIS017009

Professionale Servizi per la Sanità e l'Assistenza Sociale TVRF017012
Liceo delle Scienze Umane – Liceo Economico Sociale TVPC01701L

INDIRIZZO LES

PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE di SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

PRIMO ANNO

	TITOLO MODULO	COMPETENZE IN TERMINI DI ABILITA'	CONTENUTI
	1.Riconoscere gli aspetti comunicativi, culturali e relazionali del proprio sé corporeo e dell'espressività corporea.	Saper assumere posture corrette. Saper controllare la propria motricità in semplici situazioni dinamiche. Saper riconoscere le proprie capacità e difficoltà. Saper riconoscere e gestire i propri impulsi emotivi. Saper controllare le proprie reazioni emotive. Sapersi esprimere attraverso il linguaggio non verbale. Saper mettersi in gioco in situazioni	Comunicazione e linguaggio del corpo. Postura e paramorfismi. Corse, salti, lanci in forma coordinativa, uso di piccoli e grandi attrezzi, giochi di movimento, giochi di gruppo presportivi e giochi sportivi in forma coordinativa Es. per migliorare la comunicazione, la fiducia, la collaborazione. Attività con la musica, attività espressive, danze di animazione. Es. coordinativi con piccoli e grandi attrezzi e a corpo libero anche in gruppo, acrosport, capovolte avanti e indietro, preacrobatica, danze popolari semplificate, in coppia e in gruppo.

		nuove. Saper elaborare adeguate risposte motorie in situazioni prestabilite. Saper eseguire movimenti adattandoli globalmente alla situazione motoria richiesta. Saper ideare e realizzare semplici sequenze di movimenti, danze, situazioni mimiche e di espressione corporea anche su base musicale. Sapersi esprimersi in attività con piccoli attrezzi; Saper utilizzare i vari attrezzi in modo creativo	
	2.Riconoscere l'importanza che riveste la pratica dell'attività motorio-sportiva per il benessere individuale e collettivo.	Saper suddividere in fasi una lezione di scienze motorie Comprendere e utilizzare i termini specifici riferiti agli esercizi ed alle attività motorie e sportive svolte durante l'attività didattica. Saper individuare gli effetti del movimento a livello muscolare, cardiocircolatorio, respiratorio. Saper misurare manualmente la propria Frequenza cardiaca. Saper abbinare semplici esercizi alle capacità motorie condizionali e coordinative. Saper realizzare semplici esercizi collegati alle capacità motorie. Saper regolare l'intensità e il ritmo del lavoro. Saper eseguire i fondamentali tecnici individuali delle discipline sportive. Saper applicare i fondamentali tecnici in sequenze preordinate e semplici schemi di gioco. Saper partecipare con impegno per migliorare le proprie prestazioni. Saper collaborare con i compagni di gioco. Saper confrontarsi con gli altri e accettare il risultato delle competizioni. Saper assumere ruoli in compiti semplificati di arbitraggio.	Le capacità motorie. Esercizi e giochi finalizzati al potenziamento fisiologico, es. di mobilità articolare, es. di resistenza, es. di rapidità, es. di tonificazione dei vari distretti muscolari. Es. di Core-stability. Andature atletiche, allunghi, es. di stretching. Esercizi a carico naturale e con piccoli carichi. Es. coordinativi singoli e in gruppo con piccoli attrezzi. Giochi di socializzazione, giochi coordinativi pre-sportivi (pallarilanciata ecc.) Attività sportive: pallavolo, pallacanestro, pallamano, rugby semplificato, calcio, indiaca, go-back e giochi di racchetta: elementi tecnici e gioco a regole semplificate; elementi tecnici dell'atletica.

	3.Adottare principi igienici ed alimentari per il mantenimento del proprio stato di salute ed assumere i principi di sicurezza personale e di prevenzione degli incidenti sia negli ambienti chiusi che in quelli naturali.	Saper eseguire esercizi ed attività motorie graduali per prevenire rischi di infortunio. Usare un abbigliamento adeguato all'ambiente e utilizzare le calzature in modo corretto. Saper rispettare ambiente, attrezzature, regole, compagni, avversari. Saper utilizzare in modo appropriato le attrezzature presenti in palestra. Saper applicare le principali tecniche di assistenza Saper assumere comportamenti adeguati alla sicurezza in palestra e negli spazi aperti. Saper orientarsi in contesti diversificati.	Principali eventi traumatici che possono accadere durante l'attività sportiva Principi fondamentali di prevenzione degli infortuni Semplici tecniche di assistenza preventiva Nozioni fondamentali di primo soccorso Principi igienici collegati all'attività fisica. Le regole dell'attività fisica, la prevenzione degli infortuni, le norme di sicurezza in palestra.

OBIETTIVI MINIMI PRIMO ANNO

	TITOLO MODULO	COMPETENZE IN TERMINI DI ABILITA'	CONTENUTI
	1) Linguaggio del corpo e percezione di sé 2) La pratica dell'attività motorio sportiva per il benessere individuale 3) Salute, benessere, sicurezza e prevenzione.	Rielaborare schemi motori semplici anche con piccoli attrezzi Produrre semplici sequenze motorie individuali e collettive anche in maniera guidata Applicare le regole di base degli sport individuali e di squadra praticati Eseguire esercizi e giochi secondo i principi basilari di sicurezza personale ed altrui Manifestare emozioni e stati d'animo Interagire all'interno del gruppo Rispettare le norme di sicurezza in palestra.	Terminologia di base riferita agli esercizi di mobilità articolare e potenziamento muscolare. La F.C. Lo stretching. Gli effetti del movimento sugli apparati cardio circolatorio e respiratorio. Semplici modalità codificate di comunicazione e linguaggio non verbale. La salute e i suoi ambiti. La postura. Scheletro e principali distretti muscolari. I concetti essenziali relativi all'attività motorio-sportiva (conoscenza del proprio corpo, movimenti di base, capacità motorie) Elementi tecnici e regole fondamentali degli sport individuali e di squadra praticati a scuola. I principi fondamentali di sicurezza e prevenzione degli infortuni e comportamento nell'ambiente palestra.

SECONDO ANNO

	TITOLO MODULO	COMPETENZE IN TERMINI DI ABILITA'	CONTENUTI
	1.Riconoscere gli aspetti comunicativi, culturali e relazionali del proprio sé corporeo e dell'espressività corporea.	Saper assumere posture corrette in situazioni statiche e in movimento Saper controllare la propria motricità in situazioni statiche e dinamiche Saper riconoscere le proprie capacità e performance Saper riconoscere e gestire le proprie reazioni emotive Sapersi esprimere attraverso il linguaggio non verbale Saper mettersi in gioco in situazioni nuove Saper elaborare adeguate risposte motorie in situazioni prestabilite anche in gruppo Saper eseguire movimenti controllandoli ed adattandoli alla situazione motoria richiesta Saper ideare e realizzare semplici sequenze di movimenti, di danza, di espressione corporea anche su base musicale Sapersi esprimere in attività con piccoli attrezzi e su base musicale Saper utilizzare i vari attrezzi in modo creativo	Apparato locomotore. I movimenti volontari, riflessi, automatici. Gli schemi motori di base, lo schema corporeo. Corse, salti, lanci in forma coordinativa, uso di piccoli e grandi attrezzi. Il gioco: giochi di movimento, giochi presportivi e giochi sportivi in forma coordinativa (pallarilanciata ecc.) Es. per migliorare la comunicazione, la fiducia, la collaborazione, la socializzazione. Attività con la musica, attività espressive. Acrogym, es. coordinativi con attrezzi ed a corpo libero anche in gruppo, capovolte avanti e indietro, preacrobatica, danze popolari e di gruppo
	2.Riconoscere l'importanza che riveste la pratica dell'attività motoria e sportiva per il benessere individuale e collettivo	Saper suddividere le fasi e i tempi di una lezione di scienze motorie Comprendere e utilizzare i termini specifici riferiti agli esercizi ed alle attività motorie e sportive svolte durante l'attività didattica	L'apparato locomotore e le sue funzioni. Le fasi e i criteri di organizzazione di una lezione di scienze motorie. Le capacità motorie. Esercizi e giochi finalizzati al potenziamento fisiologico, es. di mobilità articolare, es. di resistenza, es. di rapidità, es. di tonificazione dei vari distretti muscolari. Es. di core stability. Andature atletiche, allunghi, es. di stretching. Esercizi a

		Saper individuare gli effetti del movimento a livello cardiocircolatorio e respiratorio Saper abbinare gli esercizi alle capacità motorie condizionali e coordinative Saper realizzare esercizi collegati alle capacità motorie Saper aumentare l'intensità, ritmo e durata del lavoro Saper eseguire i fondamentali tecnici individuali delle discipline sportive Saper applicare i fondamentali in sequenze preordinate e semplici schemi di gioco Saper partecipare con impegno per migliorare le proprie prestazioni Saper collaborare con i compagni di gioco Saper confrontarsi con gli altri e accettare il risultato delle competizioni Saper assumere ruoli definiti in compiti di arbitraggio e giuria	carico naturale e con piccoli carichi, es. ritmici con i piccoli attrezzi (funicelle, bacchette, cerchi, palle, nastri). Attività sportive: pallavolo, pallacanestro, pallamano, calcio, orienteering, propedeutici al rugby, atletica, indiaca, hockey, giochi di racchetta: elementi tecnici e gioco a regole semplificate.
	3.Adottare principi igienici ed alimentari per il mantenimento del proprio stato di salute ed assumere i principi di sicurezza personale e di prevenzione degli incidenti sia negli ambienti chiusi che in quelli naturali.	Saper eseguire esercizi ed attività motorie graduali per prevenire rischi di infortunio Usare un abbigliamento adeguato all'ambiente e utilizzare le calzature in modo corretto Saper rispettare ambiente, attrezzature, regole, compagni, avversari Saper utilizzare in modo appropriato le attrezzature presenti in palestra Saper applicare le principali tecniche di assistenza ai compagni Saper assumere comportamenti adeguati alla sicurezza in palestra e negli spazi aperti Saper orientarsi in contesti diversificati	Regole dell'attività fisica e norme di sicurezza in palestra. Nozioni fondamentali di primo soccorso in palestra.

OBIETTIVI MINIMI SECONDO ANNO

	TITOLO MODULO	COMPETENZE IN TERMINI DI ABILITA'	CONTENUTI
	1) Linguaggio del corpo e percezione di sé 2) La pratica dell'attività motorio sportiva per il benessere individuale 3) Salute, benessere, sicurezza e prevenzione.	Applicare le regole di base degli sport individuali e di squadra praticati Eseguire esercizi e giochi secondo principi basilari di sicurezza personale ed altrui Manifestare emozioni e stati d'animo in modo pertinente Interagire e confrontarsi all'interno del gruppo Rispettare le norme di sicurezza in palestra.	La F.C. Lo stretching. Gli effetti del movimento sugli apparati cardio circolatorio e respiratorio. La postura, i gesti codificati, il linguaggio non verbale. Gli ambiti della salute. Nozioni basilari di anatomia e fisiologia funzionale riguardanti l'apparato locomotore. Paramorfismi. I concetti essenziali relativi all'attività motorio-sportiva (conoscenza del proprio corpo, movimenti di base, capacità motorie) Elementi tecnici fondamentali degli sport individuali e di squadra praticati a scuola. Principi base del fair play. I principi fondamentali di sicurezza e prevenzione degli infortuni e comportamento nell'ambiente palestra.

TERZO ANNO

	TITOLO MODULO	COMPETENZE IN TERMINI DI ABILITA'	CONTENUTI
	1.Riconoscere gli aspetti comunicativi, culturali e relazionali del proprio sé corporeo e dell'espressività corporea.	Assumere posture corrette e controllare la propria motricità in situazioni dinamiche; Aver autonomia nell'organizzazione del proprio lavoro; Riconoscere, controllare e gestire i propri impulsi emotivi; Saper mettersi in gioco in situazioni nuove; Elaborare adeguate risposte motorie in situazioni anche non conosciute; Eseguire movimenti controllandoli ed adattandoli alla situazione motoria richiesta Padroneggiare gli schemi motori per coordinare i movimenti e gli es. motori-sportivi Saper ideare e realizzare sequenze di movimenti, danze, situazioni mimiche e di espressione corporea anche su base musicale Sapersi esprimere in attività con piccoli attrezzi e su base musicale Saper utilizzare gli attrezzi in modo creativo	Lessico specifico della disciplina. Le fasi dell'apprendimento motorio. Capacità motorie ed es. collegati al loro sviluppo. Uso di piccoli e grandi attrezzi, volteggi, giochi tradizionali e presportivi, giochi sportivi in forma tecnica e coordinativa. Linguaggio non verbale ed espressione corporea. Attività espressive anche con la musica, singole ed in gruppo, es. coordinativi individuali, a coppie, in gruppo a corpo libero e con piccoli e grandi attrezzi, es. di preacrobatica, acrogym, es. alla spalliera e al quadro svedese.
	2.Riconoscere l'importanza che riveste la pratica dell'attività motoria e sportiva per il benessere individuale e collettivo	Saper suddividere fasi e tempi di una lezione di scienze motorie Comprendere e utilizzare il lessico specifico riferito agli esercizi ed alle attività motorie e sportive svolte durante l'attività didattica Individuare gli effetti del movimento a livello neuromuscolare, cardiocircolatorio, respiratorio Abbinare gli esercizi alle capacità motorie condizionali e coordinative Saper realizzare azioni collegate alle capacità motorie	Le fasi dell'apprendimento motorio. Capacità motorie ed es. collegati al loro sviluppo. Fasi, contenuti, metodo di lavoro nella seduta di Scienze motorie. Finalità, obiettivi, contenuti delle proposte ludico-motorie nei centri educativi per minori e persone con disabilità. Principi di metodologia dell'attività ludico-motoria rivolta a minori e persone con bisogni speciali. Esercizi e giochi finalizzati al potenziamento fisiologico, es. di mobilità articolare, es. di resistenza, es. di rapidità, es. di tonificazione dei vari distretti muscolari. Andature atletiche, allunghi, es. di stretching. Esercizi a carico naturale e con piccoli carichi. Attività sportive: Pallavolo, Pallacanestro, Hockey, Badminton, Ultimate freesby, Indiaca, Calcio. Atletica. Funzioni di arbitraggio.

		Saper mantenere costante ma anche, su richiesta, aumentare l'intensità e la durata del lavoro Eseguire correttamente i fondamentali tecnici individuali delle discipline sportive Applicare efficacemente i fondamentali in schemi di gioco Partecipare con impegno per migliorare le proprie prestazioni Collaborare in modo costruttivo con i compagni di gioco rispettando le diverse abilità Saper confrontarsi con gli altri e accettare il risultato delle competizioni Assumere ruoli organizzativi in compiti di arbitraggio e giuria	
	3.Adottare principi igienici ed alimentari per il mantenimento del proprio stato di salute ed assumere i principi di sicurezza personale e di prevenzione degli incidenti sia negli ambienti chiusi che in quelli naturali.	Saper eseguire esercizi ed attività motorie graduali per prevenire rischi di infortunio; Assumere comportamenti consoni alle potenzialità ed ai limiti del proprio corpo; Usare un abbigliamento adeguato all'ambiente; Saper rispettare ambiente, attrezzature, regole, compagni, avversari; Saper utilizzare in modo appropriato le attrezzature presenti in palestra;Applicare le principali tecniche di assistenza; Assumere comportamenti adeguati alla sicurezza in palestra e negli spazi aperti; Orientarsi con sicurezza in ambienti e contesti diversificati.	I principi igienici collegati all'attività fisica; Gli ambiti della salute; le regole dell'attività motoria, la prevenzione degli infortuni, le norme di sicurezza in palestra, le tecniche di assistenza preventiva. Nozioni fondamentali di primo soccorso.

OBIETTIVI MINIMI TERZO ANNO

	TITOLO MODULO	COMPETENZE IN TERMINI DI ABILITA'	CONTENUTI
	1) Linguaggio del corpo e percezione di sé 2) La pratica dell'attività motorio sportiva per il benessere individuale 3) Salute, benessere, sicurezza e prevenzione.	Svolgere attività di diversa durata ed intensità. Organizzare le proprie capacità per eseguire sequenze motorie. Utilizzare tecniche espressive in lavori individuali e di gruppo a corpo libero. Praticare gli sport ricoprendo i ruoli più congeniali alle proprie capacità. Interagire con contributi personali all'interno del gruppo. Svolgere funzioni di giuria ed arbitraggio. Assumere comportamenti adeguati alla sicurezza propria, degli altri e dell'ambiente palestra. .	Le categorie degli esercizi abbinate alle capacità motorie. Nozioni di anatomia applicata allo sport. Gli schemi motori di base, lo schema corporeo. Lo sviluppo motorio e le attività ludico motorie. Motricità, gioco, apprendimento. L'espressività corporea. Le capacità motorie e il loro sviluppo rispetto all'età e ai bisogni speciali. I fondamentali tecnici e le regole di base degli sport individuali e collettivi praticati a scuola. Principi del fair play. Nozioni di primo soccorso, principi di sicurezza e prevenzione degli infortuni.

QUARTO ANNO

	TITOLO MODULO	COMPETENZE IN TERMINI DI ABILITA'	CONTENUTI
	1.Utilizzare in modo autonomo e responsabile gli aspetti comunicativi e relazionali del proprio sé corporeo e dell'espressività corporea.	Assumere posture corrette e consone ai vari contesti Controllare e adattare la propria motricità in situazioni dinamiche Riconoscere le proprie capacità e performance Riconoscere, controllare e gestire le proprie reazioni emotive Produrre adeguati messaggi non verbali Saper mettersi in gioco in situazioni nuove Elaborare adeguate risposte motorie sia in situazioni prestabilite che inusuali Eseguire movimenti controllandoli ed adattandoli alla situazione motoria richiesta Saper ideare e realizzare sequenze di movimenti, danze, situazioni mimiche e di espressione corporea anche su base musicale Saper utilizzare i vari attrezzi in modo creativo Padroneggiare gli schemi motori per coordinare i movimenti e per l'esercizio della pratica motorio-sportiva. Aver autonomia nell'organizzazione del proprio lavoro.	Comunicazione non verbale e potenzialità del linguaggio del corpo. L'importanza delle posture nei contesti formali. Uso di piccoli e grandi attrezzi (trave spalliera,quadro svedese), giochi di movimento, giochi presportivi e giochi sportivi in forma coordinativa Attività su base musicale, coreografie ed es. coordinativi e tecnici con piccoli e grandi attrezzi a corpo libero singolarmente e in gruppo, preacrobatica e acrobatica, volteggi.
	2. Conoscere l'importanza che riveste l'attività motorio-sportiva per il benessere individuale e collettivo ed esercitare la pratica sportiva.	Saper suddividere fasi e tempi di una lezione di scienze motorie scegliendo i contenuti adeguati Comprendere e utilizzare il lessico specifico riferito agli esercizi ed alle attività motorie e sportive svolte durante l'attività didattica Individuare gli effetti del movimento a livello neuromuscolare, cardiocircolatorio, respiratorio	Apprendimento motorio, implicazioni metodologiche di lavoro. Capacità motorie ed efficienza fisica, proposte operative. Metodologia dell'attività ludico, motoria.sportiva, rivolta a se stessi, a persona con disabilità e agli anziani Es. e giochi per migliorare la collaborazione e l'efficacia personale; Esercizi e giochi finalizzati al potenziamento fisiologico, e alla rielaborazione delle capacità coordinative; es. di mobilità articolare, es. di resistenza, es. di rapidità, es. di tonificazione dei vari distretti muscolari. Circuit training; Andature atletiche, allunghi, es. di stretching. Esercizi a carico naturale e con

		Abbinare gli esercizi alle capacità motorie condizionali e coordinative Saper realizzare azioni collegate alle capacità motorie Saper aumentare l'intensità e la durata del lavoro Eseguire correttamente i fondamentali tecnici individuali delle discipline sportive Applicare efficacemente i fondamentali in schemi di gioco Partecipare con impegno per migliorare le proprie prestazioni Collaborare in modo costruttivo con i compagni di gioco Saper confrontarsi con gli altri e accettare il risultato delle competizioni Assumere ruoli organizzativi in compiti di arbitraggio e giuria	piccoli carichi, es. con la funicella. Acrogym. Attività sportive: pallavolo, pallamano, calcio, atletica, rugby, badminton, hockey, ultimate, indiaca. Fitness. Elementi tecnici e tattica di gioco. Regolamenti e funzioni di arbitraggio, giuria e organizzazione dell'attività.
	3. Adottare in modo responsabile principi igienici ed alimentari per il mantenimento del proprio stato di salute ed assumere regole di sicurezza personale e di prevenzione degli incidenti sia negli ambienti chiusi che in quelli naturali.	Saper eseguire esercizi ed attività motorie graduali per prevenire rischi di infortunio; Assumere comportamenti consoni alle potenzialità ed ai limiti del proprio corpo; Usare un abbigliamento adeguato all'ambiente e alle attività svolte;utilizzare le calzature in modo corretto. Rispettare ambiente, attrezzature, regole, compagni, avversari; Utilizzare in modo appropriato le attrezzature presenti in palestra; Applicare le principali tecniche di assistenza; Assumere comportamenti adeguati alla sicurezza propria ed altrui, in palestra e negli spazi aperti; Orientarsi con sicurezza in contesti diversificati.	Le regole dell'attività fisica, la prevenzione degli infortuni, le norme di sicurezza in palestra, le tecniche di assistenza preventiva Nozioni fondamentali di primo soccorso nell'attività sportiva; Principi di igiene e alimentazione collegati all'attività fisica.

OBIETTIVI MINIMI QUARTO ANNO

	TITOLO MODULO	COMPETENZE IN TERMINI DI ABILITA'	CONTENUTI
	1) Linguaggio del corpo e percezione di sé 2) La pratica dell'attività motorio sportiva per il benessere individuale 3) Salute, benessere, sicurezza e prevenzione.	Svolgere attività di diversa durata ed intensità e riconoscere la variazioni fisiologiche che esse comportano Organizzare le proprie conoscenze e capacità per produrre sequenze motorie. Mettere in atto tecniche espressivo/comunicative in lavori individuali e di gruppo a corpo libero, con attrezzi, con o senza base musicale. Praticare gli sport scolastici ricoprendo i ruoli più congeniali alle proprie capacità Interagire con contributi personali e pertinenti all'interno del gruppo Svolgere funzioni di giuria ed arbitraggio. Assumere comportamenti adeguati alla sicurezza propria, degli altri e dell'ambiente palestra. .	Gli esercizi specifici abbinati alle capacità motorie condizionali e coordinative. L'espressività corporea. L'apprendimento motorio. Le capacità motorie condizionali e coordinative e gli es. adatti al loro sviluppo rispetto alle caratteristiche individuali, all'età e ai bisogni speciali. Le regole, i fondamentali tecnici e tattici degli sport individuali e collettivi svolti a scuola. Il fair play. Anatomia applicata allo sport. Nozioni di primo soccorso e di prevenzione degli infortuni. L'assistenza preventiva negli esercizi.

QUINTO ANNO

	TITOLO MODULO	COMPETENZE IN TERMINI DI ABILITA'	CONTENUTI
	1) Utilizzare efficacemente gli aspetti comunicativi e relazionali del proprio sé corporeo e dell'espressività corporea.	Adeguare al contesto i contenuti della comunicazione verbale con i comportamenti comunicativi non verbali. Controllare e gestire i propri impulsi emotivi e le modalità della propria comunicazione non verbale per migliorare l'efficacia delle relazioni interpersonali. Utilizzare in modo adeguato movimenti, gesti, espressività corporea sia in attività formali che in attività ricreative e sportive, danze, giochi,manifestazioni.	Il lessico specifico della disciplina. Uso di piccoli e grandi attrezzi, giochi di movimento, giochi presportivi e giochi sportivi in forma coordinativa Comunicazione ed attività espressiva, es. con piccoli e grandi attrezzi a corpo libero anche in gruppo, preacrobatica e acrobatica:capovolte, ruote, ponti, volteggi ai grandi attrezzi (trampolino elastico, cavallo, quadro svedese). Es. e coreografie su base musicale.
	2) Praticare in autonomia attività motorio-sportiva riconoscendo l'importanza di uno stile di vita attivo per il benessere individuale e collettivo.	Padroneggiare gli schemi motori e posturali nella quotidianità e nella pratica sportiva. Avere autonomia nell'organizzazione del proprio lavoro. Saper realizzare azioni motorie collegate allo sviluppo delle capacità condizionali e coordinative. Valorizzare i punti di forza e le potenzialità del proprio corpo nell'esercizio della pratica motoria e sportiva. Applicare efficacemente i fondamentali tecnici e tattici nelle attività sportive. Saper proporre e condurre fasi di avviamento motorio e di gioco. Collaborare in modo costruttivo alle dinamiche di gruppo riconoscendo le specificità di ognuno per raggiungere uno scopo condiviso.	Le Organizzazioni sportive in Italia; L'APA e la sua metodologia; L'adattamento delle motorie motorie alle diverse necessità delle persone. L'Ente CONI e la sua organizzazione, le Federazioni, gli Enti di Promozione sportiva, le Discipline sportive associate; Special Olympics. CIP. Weelchair Hockey. L'attività motoria adattata all'età e alle abilità. Esercizi e giochi finalizzati al potenziamento fisiologico, e alla rielaborazione delle capacità motorie coordinative (coordinazione generale e intersegmentaria,capacità di unire più movimenti, anticipazione motoria,coordinazione oculomanuale e oculopodalica,equilibrio,orientamento,ritmo); Es.e giochi per migliorare l'efficacia personale e l'aiuto reciproco. Il fair-play. Misurazione della F.C. e indice di recupero; Es. di mobilità articolare, es. di resistenza, es. di rapidità, es. di tonificazione dei vari distretti muscolari. Andature atletiche, allunghi, es. di stretching. Esercizi a carico naturale e con piccoli carichi, es. con piccoli e grandi attrezzi; Percorsi e circuiti motori; Proposte operative riferite a se stessi, alle persone con disabilità e ai bambini. Attività sportive: pallavolo, pallacanestro, rugby, pallamano,calcio, atletica, badminton, hockey, ultimate. Elementi tecnici e tattica di gioco.

		Rispettare le persone e le loro diverse abilità. Tenere comportamenti di correttezza, lealtà e fair play nei giochi e nella pratica sportiva. Elaborare adeguate risposte motorie in situazioni complesse. Elaborare con il gruppo strategie di gioco adattandole a capacità, spazi e tempi di cui si dispone. Saper assumere ruoli organizzativi in compiti di arbitraggio e giuria.	Regolamenti e funzioni di organizzazione, arbitraggio e giuria nei giochi sportivi. Storia degli sport e dei giochi olimpici.
	3) Adottare con consuetudine principi igienici ed alimentari per il mantenimento del proprio stato di salute ed assumere regole di sicurezza personale e prevenzione degli incidenti negli ambienti chiusi e in quelli naturali.	Osservare regole di igiene e integrità della salute fisica nell'esercizio dell'attività motoria e sportiva.Eseguire esercizi ed attività motorie graduali per prevenire rischi di infortunio.Assumere comportamenti adeguati alla sicurezza e alla prevenzione di incidenti in palestra e negli spazi aperti. Utilizzare in modo appropriato le attrezzature presenti in palestra. Applicare le principali tecniche di assistenza. Rispettare ambiente, attrezzature, regole, compagni, avversari. Usare abbigliamento adeguato all'ambiente e alle attività svolte.	Traumatologia e primo soccorso Prevenzione e sicurezza nell'attività motoria Assistenza durante l'esercizio Salute, igiene e alimentazione Doping e sostanze

OBIETTIVI MINIMI QUINTO ANNO

	TITOLO MODULO	COMPETENZE IN TERMINI DI ABILITA'	CONTENUTI
	1) Linguaggio del corpo e percezione di sé 2) La pratica dell'attività motorio sportiva per il benessere individuale 3) Salute, benessere, sicurezza e prevenzione.	Correggere comportamenti che compromettono il gesto motorio Sfruttare le proprie capacità condizionalI e coordinative nei vari ambiti motori. Utilizzare alcuni test per rilevare le proprie performance Esprimere un adeguato linguaggio corporeo nella comunicazione a scuola, nel lavoro, nella vita Interpretare i fenomeni connessi al mondo dell'attività motoria e sportiva in relazione all'attuale contesto socioculturale Svolgere in modo autonomo funzioni di giuria ed arbitraggio. Assumere comportamenti consoni e responsabili nei confronti delle persone e degli ambienti .	La terminologia specifica della disciplina Differenti tipologie di esercitazioni per lo sviluppo delle capacità motorie. Apprendimento motorio e prestazione sportiva. Fondamentali tecnici e tattici e regolamenti degli sport individuali e collettivi svolti a scuola. I principi dell'alimentazione nello sport Nozioni specifiche di anatomia funzionale, di prevenzione e salute Le Organizzazioni sportive che si occupano di sport Gli effetti positivi dell'attività fisica per il mantenimento della salute e la promozione di sani stili di vita. Il doping. Gli aspetti organizzativi dei tornei sportivi scolastici Il Fair play come stile di vita. Storia degli sport e delle Olimpiadi.

CRITERI E GRIGLIE DI VALUTAZIONE
Criteri di valutazione
In base agli argomenti affrontati, sono previste prove pratiche attraverso schede di osservazione con gli indicatori di qualità tecnica dell'esecuzione richiesta e relativa soglia di accettabilità, prove scritte, test motori, colloqui orali. Prove semplificate e/o adattate per gli allievi con bisogni educativi speciali. La valutazione degli allievi esonerati dalle esercitazioni pratiche, sarà effettuata attraverso verifiche scritte, orali e tecniche in compiti di arbitraggio, tenendo conto delle indicazioni dettate dalla C.M. 17 luglio 1987 n.216. Gli elementi tecnici verranno valutati congiuntamente ai requisiti coordinativi dei movimenti; Per la valutazione si utilizzerà la scala decimale, considerando i prerequisiti motori di partenza, l'acquisizione e la rielaborazione personale. La valutazione sommativa terrà conto non solo della preparazione finale ma anche del livello iniziale, quindi dei miglioramenti conseguiti da ciascun allievo, nonché dell'attenzione, della partecipazione e dell'impegno personale dimostrato. LIVELLI DI PADRONANZA Livello base:L'allievo possiede abilità e conoscenze essenziali. Esegue compiti motori, su richiesta e opportunamente guidato, in un contesto già noto. Riesce a stare all'interno di un gruppo, rispettando le regole di base. Utilizza i messaggi non verbali basilari. Mette in pratica i comportamenti di base che gli sono stati indicati per il mantenimento del proprio benessere. Livello intermedio: L'allievo sa svolgere compiti e utilizzare correttamente le abilità e le conoscenze; sa interagire con i compagni adeguandosi e apportando contributi personali. Ha consapevolezza del proprio sè corporeo ed utilizza i canali percettivi regolando la propria fisicità nella duplice dimensione spazio temporale. Esegue schemi motori complessi utilizzando le capacità condizionali e coordinative in una situazione sperimentata. Partecipa ai giochi motori e sportivi dimostrando di rispettare regole e ruoli. Riconosce il valore della pratica sportiva e mette in atto comportamenti corretti per il mantenimento del benessere proprio ed altrui. Conosce le sue potenzialità e i suoi limiti fisici. Livello avanzato: L'allievo sa svolgere compiti complessi in situazioni diversificate, applicando e rielaborando le abilità e le conoscenze; Collabora ed interagisce correttamente assumendo decisioni consapevoli. Percepisce consapevolmente il proprio sè corporeo utilizzando con sicurezza i canali percettivi e regolando la propria fisicità nella duplice dimensione spazio temporale. Utilizza gli schemi motori e il proprio movimento applicando opportunamente le capacità condizionali e coordinative adeguandosi al variare delle situazione in un contesto noto, anche in una coreografia opportunamente predisposta. Partecipa attivamente ai giochi di squadra rispettando con lealtà le regole; riconosce le dinamiche di un gruppo e collabora in modo costruttivo al raggiungimento dello scopo prefissato. Riconosce il valore della pratica sportiva e applica, mettendoli in pratica autonomamente, gli stili ed i comportamenti corretti per il mantenimento del benessere proprio ed altrui. Riconosce le sue potenzialità ed i suoi limiti adeguandovi comportamenti fisici opportuni.

Griglia/e di valutazione

Voto 1/10	**Conoscenze**	**Abilità**	**Competenze**
1 o 2	Gravemente errate, espressione sconnessa	Non sa orientarsi	Nessuna
3	Frammentarie e gravemente lacunose	Commette molti errori	Applica con fatica le conoscenze minime solo se guidato e con errori grossolani
4	Carenti e lacunose, terminologia carente e non adeguata	Esegue in modo parziale e scorretto	Applica solo se guidato le conoscenze minime, commettendo errori
5	Parziali e superficiali con terminologia carente e imprecisa	Esegue in modo parziale e impreciso	Applica in modo improprio e superficiale
6	Semplici, essenziali ma non approfondite, qualche improprietà nel linguaggio	Esecuzione complessivamente corretta anche se non sempre fluida	Applica in modo complessivamente corretto solo in contesti noti
7	Essenziali e se guidato sa approfondire, corretta la terminologia	Esegue in modo corretto, semplice e lineare	Applica autonomamente e in modo corretto ma non sempre in modo consapevole
8	Complete e puntuali, terminologia corretta, chiara e scorrevole	Esegue in modo autonomo, corretto e fluido	Applica autonomamente e in modo efficace
9	Approfondite, linguaggio corretto e articolato	Esegue in modo autonomo, corretto e rielaborato	Applica in modo autonomo, corretto e creativo; sa trasferire le abilità
10	Approfondite e ricche di elaborazioni personali, linguaggio corretto e complesso.	Esegue in modo autonomo, corretto, complesso e rielaborato.	Applica in modo autonomo, preciso, efficace in qualsiasi nuovo contesto.