

Scuola professionale per l'artigianato artistico – Val Gardena	<b>Scienze motorie e sportive</b>	2 <sup>a</sup> e 3 <sup>a</sup> classe 2 ore settimanali anno scolastico
--	-----------------------------------	--

Il piano di lavoro per gli alunni del **secondo anno** ma ancor più per i ragazzi **del terzo anno** terrà conto della maggiore maturità psicofisica e tenderà all'arricchimento e approfondimento dei temi affrontati nel primo anno. Nel secondo e terzo anno proseguirà l'azione di consolidamento e sviluppo delle conoscenze e delle abilità motorie al fine di migliorare il bagaglio motorio e sportivo dei discenti che acquisiranno una sempre più ampia capacità di lavorare con senso critico e creativo, con la consapevolezza di essere protagonisti di ogni esperienza corporea vissuta.

**Gli obiettivi specifici dell'apprendimento** che coinvolgono l'aspetto cognitivo (modo personale di apprendere conoscenze e acquisire abilità), affettivo-relazionale (modo personale di proporsi e proporre agli altri) e metacognitivo (modo personale di valutarsi nelle diverse esperienze in termini di procedure, strategie e soluzioni) della persona sono stati suddivisi in **conoscenze e abilità**.

#### OBIETTIVI TRASVERSALI DI APPRENDIMENTO:

##### **OBIETTIVI EDUCATIVI**

- Creare insieme un clima positivo di classe per favorire l'apprendimento degli allievi e l'andamento generale dell'attività didattica, vivendo con serenità le proprie esperienze scolastiche.
- Conoscere l'aspetto educativo e sociale dello sport e dei giochi in squadra.
- Educare alla tolleranza, all'accettazione di opinioni diverse dalle proprie, al rispetto reciproco, all'osservazione delle diversità (generazionali e culturali), alla loro considerazione e comprensione.
- Favorire uno sviluppo equilibrato della personalità di ogni singolo allievo nei suoi aspetti psicofisici, abilitandolo ad attuare scelte personali (orientamento).
- Partecipare con un comportamento responsabile e costruttivo alle lezioni.

##### **OBIETTIVI DIDATTICI**

- Avviare gli allievi all'acquisizione di un metodo di lavoro scientifico:
- Saper ascoltare con attenzione la spiegazione dell'insegnante;
- Saper connettere le nuove acquisizioni con le precedenti;
- Saper intervenire in modo pertinente, sia per chiedere spiegazioni sia per comunicare le proprie idee;
- Analizzare senza pregiudizi ciò che di nuovo e diverso viene presentato;
- Saper cogliere gli aspetti fondamentali degli argomenti trattati;
- Saper analizzare i tipi di errori ricorrenti e le difficoltà incontrate;
- Comprendere ed iniziare ad utilizzare in modo appropriato il linguaggio specifico della disciplina.

## COMPETENZE AL TERMINE DEL TERZO ANNO

La studentessa, lo studente è in grado di:

- eseguire diverse discipline sportive individuali e di squadra, utilizzare tecnica e tattica in modo corretto e mirato, migliorare la propria forma con misure adeguate;
- riconoscere l'utilità dell'attività sportiva per la salute e praticare uno stile di vita attivo;
- affrontare competizioni all'interno di un'etica corretta e osservando le regole vigenti e il fair-play, organizzare attività sportive per sé e per altri e assumere ruoli diversi;
- confrontarsi criticamente con il mondo dello sport e dello sviluppo tecnologico ed esercitare movimento, gioco e sport rispettando la natura, l'ambiente e i necessari criteri di sicurezza.

## OBIETTIVI SPECIFICI DELL'APPRENDIMENTO PER IL SECONDO E PER IL TERZO ANNO:

<b>MOVIMENTO</b>			
CONOSCENZE	ABILITÀ	CONTENUTI	CRITERI DI VALUTAZIONE
<p>Conoscere le proprie potenzialità (punti di forza e criticità) e confrontarle con tabelle di riferimento.</p> <p>Conoscere il ritmo nelle e delle azioni motorie complesse</p> <p>Conoscere le caratteristiche delle attività motorie e sportive collegate al territorio e l'importanza della sua salvaguardia.</p> <p>Conoscere i principi fondamentali della teoria e alcune metodiche di allenamento.</p>	<p>Ampliare le capacità coordinative e condizionali, realizzando schemi motori complessi utili ad affrontare attività motorie e sportive.</p> <p>Percepire, riprodurre e variare il ritmo delle azioni.</p> <p>Organizzare e applicare attività e percorsi motori e sportivi individuali e in gruppo nel rispetto dell'ambiente.</p> <p>Distinguere le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica sportiva, assumere posture corrette anche in presenza di carichi.</p>	<p><b>Esercizi di coordinazione generale. Preatletica generale. Esercizi a carico naturale, esercizi di opposizione e resistenza.</b></p> <p><b>Attività ed esercizi con piccoli e grandi attrezzi.</b></p> <p><b>Esercizi di flessibilità.</b></p> <p><b>Attività ed esercizi di rilassamento e per il controllo della respirazione.</b></p> <p><b>Attività ed esercizi di equilibrio statico, dinamico ed in volo.</b></p> <p><b>Esercitazioni con variazioni di ritmo.</b></p> <p><b>Attività in ambiente naturale (escursioni, uscite in bicicletta, nordic walking, pattinaggio su ghiaccio, slittino, sci nordico)</b></p>	<p><b>Obiettivi:</b> Elabora e attua risposte motorie adeguate in situazioni complesse, assumendo i diversi ruoli dell'attività sportiva.</p>
<b>LINGUAGGIO DEL CORPO</b>			
CONOSCENZE	ABILITÀ	CONTENUTI	CRITERI DI VALUTAZIONE
<p>Conoscere i codici della comunicazione corporea.</p> <p>Conoscere tecniche mimiche gestuali e di espressione corporea e le analogie emotive con diversi linguaggi.</p> <p>Conoscere le caratteristiche della musica e del ritmo in funzione del movimento</p>	<p>Saper dare significato al movimento.</p> <p>Esprimere con il movimento le differenti emozioni, suscitate da altri tipi di linguaggio (musicale, visivo, ...)</p> <p>Ideare e realizzare sequenze ritmiche espressive complesse in sincronia con uno o più compagni.</p>	<p><b>Giochi di percezione corporea.</b></p> <p><b>Piccole coreografie con base musicale.</b></p>	<p><b>Obiettivi:</b> Rielabora creativamente il linguaggio espressivo in contesti differenti.</p>

## GIOCO E SPORT

CONOSCENZE	ABILITÀ	CONTENUTI	CRITERI DI VALUTAZIONE
<p>Conoscere la teoria e la pratica delle tecniche e dei fondamentali dei giochi e degli sport.</p> <p>Approfondire la teoria di tattiche e strategie dei giochi e degli sport.</p> <p>Approfondire la terminologia del regolamento tecnico, il fair play anche in funzione dell'arbitraggio.</p>	<p>Trasferire e realizzare le tecniche adattandole alle capacità e alla situazione.</p> <p>Trasferire e realizzare strategie e tattiche nelle attività sportive.</p> <p>Assumere autonomamente diversi ruoli e la funzione di arbitraggio.</p>	<p><b>Attività sportive individuali: atletica leggera, arrampicata, sci nordico, nuoto, badminton, speedminton, street racket, tennis.</b></p> <p><b>Attività sportive e presportive di squadra: basket, pallavolo, pallamano, floorball, calcio, ultimate frisbee, baseball. Ginnastica artistica e attrezzistica. Parkour.</b></p> <p><b>Organizzazione di attività di arbitraggio.</b></p>	<p><b>Obiettivi:</b> Pratica le attività sportive applicando tattiche e strategie, con fair play e attenzione all'aspetto sociale.</p>

## SALUTE E BENESSERE

CONOSCENZE	ABILITÀ	CONTENUTI	CRITERI DI VALUTAZIONE
<p>Conoscere le procedure per la sicurezza e per il primo soccorso.</p> <p>Conoscere le conseguenze di una scorretta alimentazione e i pericoli legati all'uso di sostanze che inducono dipendenza.</p> <p>Conoscere le problematiche legate alla sedentarietà dal punto di vista fisico e sociale</p>	<p>Adottare comportamenti funzionali alla sicurezza nelle diverse attività; applicare le procedure del primo soccorso.</p> <p>Assumere comportamenti attivi rispetto all'alimentazione, igiene e salvaguardia da sostanze illecite.</p> <p>Assumere comportamenti fisicamente attivi in molteplici contesti per un miglioramento dello stato di benessere.</p>	<p><b>I fattori di rischio nella pratica delle attività motorie.</b></p> <p><b>Traumatologia e primo soccorso.</b></p>	<p><b>Obiettivi:</b> assume in maniera consapevole comportamenti orientati a stili di vita attivi, prevenzione e sicurezza nei diversi ambienti.</p>