

PROGRAMMAZIONE DIPARTIMENTI A.S. 2024/25

DIPARTIMENTO DI: SCIENZE MOTORIE BIENNIO

ANNO SCOLASTICO 2024/25	
Competenze	<ul style="list-style-type: none"> ● Saper padroneggiare diverse abilità motorie e saperle adattare a situazioni mutevoli ● Saper utilizzare indicazioni, orientamenti e principi funzionali alla tutela della salute e della sicurezza.
Abilità (saper fare)	<ul style="list-style-type: none"> ● Saper adattare le abilità acquisite alle nuove situazioni e difficoltà proposte; ● Comprendere ed applicare i regolamenti utilizzati nel rispetto dei compagni ed avversari;
Conoscenze (sapere)	<ul style="list-style-type: none"> ● Conoscenza dei principi fondamentali dell'allenamento e del funzionamento fisiologico del corpo. ● Comprendere l'importanza del linguaggio del corpo ai fini della comunicazione;
OBIETTIVI	
Il mio corpo	<ul style="list-style-type: none"> ● Conoscere il proprio corpo e le sue funzionalità, sia negli aspetti anatomici che in quelli fisiologici.
Attività motoria di base	<ul style="list-style-type: none"> ● Conoscere le capacità coordinative e potenziare le capacità organico-muscolari, come prerequisito essenziale per realizzare azioni motorie-sportive tecnicamente più evolute;
Igiene e salute	<ul style="list-style-type: none"> ● Conoscere ed applicare norme igienico-sanitarie e alimentari, indispensabili per il mantenimento di un buono stato di salute;
CONTENUTI	
Il mio corpo	<ul style="list-style-type: none"> ● Studio dei principali apparati e sistemi corporei, in particolare scheletrico, muscolare, cardio-circolatorio e respiratorio; ● Il linguaggio corporeo; ● Le attività espressive;
Attività motorie di base	<ul style="list-style-type: none"> ● Apprendimento delle diverse forme di corsa nelle sue varianti di ritmo durata e velocità, ● Relazioni fra allenamento ed efficienza corporea; ● Conoscenza dei giochi presportivi di preparazione al basket,volley,calcio a5; ● Elementi di base dell'atletica leggera ● Acquisizione degli elementi tecnici fondamentali ; ● Capacità di adattare le abilità acquisite alle nuove situazioni e difficoltà proposte
Igiene e salute	<ul style="list-style-type: none"> ● Riconoscere il significato dei principali atteggiamenti del corpo; ● Acquisire la consapevolezza delle relazioni fra frequenza, intensità e durata della performance; ● Equilibrio alimentare;
VERIFICHE:	
Tipologia	<ul style="list-style-type: none"> ● si privilegeranno le verifiche orali ● colloqui in presenza e videoconferenza e attraverso moduli di gsuite (questionari e relazioni) ● produzioni materiali multimediali ● produzione di materiali grafici e iconografici ● verifiche pratiche

**Modalità e tempistica delle
attività di recupero**

- orale e pratico
- in itinere

Roma 28/09/2024

Gli Insegnanti di Scienze Motorie