PROGRAMMAZIONE SCIENZE MOTORIE **SECONDO BIENNIO PROFESSIONALE**

Competenza generale (Decreto n° 92 del 24/maggio 2018): **COMPETENZA n.4:** Stabilire collegamenti tra le tradizioni culturali locali, nazionali ed internazionali, sia in una prospettiva interculturale sia ai fini della mobilità di studio e di lavoro. Competenza intermedia al termine del biennio: Interpretare e spiegare documenti ed eventi della propria cultura e metterli in relazione con quelli di altre culture utilizzando metodi e strumenti adeguati.

Asse culturale: Asse storico-sociale **Tempi:** 33+33

Abilità	Conoscenze	Contenuti	Strumenti/modalità	Obiettivi minimi
conosce le potenzialità del movimento del corpo, le posture corrette e le funzioni fisiologiche. conosce i principi scientifici fondamentali che sottendono la prestazione motoria e sportiva è consapevole di una risposta motoria efficace ed economica. individua elementi di salute e sicurezza negli ambienti di lavoro (con particolare riferimento all'ambito minori, terza età, disabilità….)	**Padronanza del proprio corpo e percezioni sensoriali** **Coordinazione schemi motori equilibrio orientamento** **Sicurezza prevenzione primo soccorso salute (corretti stili di vita)**	-Le capacità condizionali (forza, resistenza, velocità, mobilità) -atletica leggera -stretching -le capacità coordinative -tennis -tennistavolo -giocoleria -sci nordico -sci alpino -scherma -difesa personale -elementi fondamentali di Primo Soccorso -aspetti di prevenzione per il mantenimento dello stato di salute e di benessere - SICUREZZA NELLE STRUTTURE OSPITANTI	-Test -corse -percorsi motori - esercitazioni all'aperto -corsi con istruttori esterni in strutture all'interno e all'esterno della scuola -passeggiate all'esterno della scuola, anche in ambienti naturali -campi sportivi all'interno della scuola -parchi all'esterno della scuola -eventuali verifiche scritte, relazioni, ricerche personali	Conoscenza delle capacità condizionali LE POSTURE CORRETTE Conoscenza delle capacità coordinative L'EQUILIBRIO (capacità coordinativa specifica) conoscenza degli elementi fondamentali di pronto soccorso ASPETTI DI PREVENZIONE PER IL MANTENIMENTO DELLO STATO DI SALUTE E DI BENESSERE

PROGRAMMAZIONE SCIENZE MOTORIE **SECONDO BIENNIO PROFESSIONALE**

Competenza generale (Decreto n° 92 del 24/maggio 2018): **n.11***:* Padroneggiare l'uso di strumenti tecnologici con particolare attenzione alla sicurezza e alla tutela della salute nei luoghi di vita e di lavoro, alla tutela della persona, dell'ambiente e del territorio Competenza intermedia al termine del biennio: Utilizzare in modo avanzato gli strumenti tecnologici avendo cura della sicurezza, della tutela della salute nei luoghi di lavoro, della dignità della persona, dell'ambiente e del territorio, rispettando le normative specifiche dell'area professionale ed adottando comportamenti adeguati al contesto.

Asse culturale: Asse storico-sociale e Asse Scientifico, tecnologico e professionale **Tempi:** 33+33

Abilità	Conoscenze	Contenuti	Strumenti/modalità	Obiettivi minimi
riconosce la differenza tra il movimento funzionale ed espressivo; conosce l'aspetto educativo e sociale dello sport Orientamento sicuro, consapevole. responsabile e rispettoso, in ambiente naturale.	**Espressione corporea** **Gioco, giocosport e sport (aspetti relazionali e cognitivi)** **Ambiente naturale**	-la comunicazione non verbale -la danza sportiva (ballo country, hip-hop) -LE SEQUENZE RITMICHE SEMPLICI E COMPLESSE (schieramenti, cambi di direzione e forme; creazione di semplici coreografie) -il teatro -il ritmo -IL RILASSAMENTO GUIDATO CON E SENZA MUSICA -sport di squadra ed individuali (pallavolo, pallacanestro, badminton, ecc…) -le olimpiadi - L'evoluzione dei giochi e degli sport nella cultura e nella tradizione -i fondamentali di gioco -LA TERMINOLOGIA SPORTIVA SPECIFICA -I CODICI COMUNICATIVI IN AMBITO SPORTIVO(es. arbitraggio), -I REGOLAMENTI SPORTIVI -il fairplay -Camminata con sforzi graduati -Escursionismo, trekking, fitwalking, nordicwalking in zona collinare -ALIMENTAZIONE E TERMOREGOLAZIONE - CLASSIFICAZIONE ITINERARI	-Test -corse -percorsi motori - esercitazioni all'aperto -corsi con istruttori esterni in strutture all'interno e all'esterno della scuola -passeggiate all'esterno della scuola, anche in ambienti naturali -campi sportivi all'interno della scuola -parchi all'esterno della scuola -eventuali verifiche scritte, relazioni, ricerche personali	Conoscenza del linguaggio non verbale CONOSCENZA DI ALMENO UNA DANZA SPORTIVA Conoscenza di almeno uno sport individuale e uno di squadra LA TERMINOLOGIA SPORTIVA SPECIFICA Conosce il concetto di rispetto per l'ambiente e la natura CONOSCENZA DI ALMENO UNA ATTIVITA' IN AMBIENTE NATURALE

N.B.: **la scelta delle attività dipende dalla disponibilità delle strutture esterne (comprese le palestre delle scuole Cavezzali e Nullo), per l'organizzazione annuale delle lezioni di scienze motorie di tutte le classi dell'Istituto.**

Le lezioni teoriche trattano argomenti indicati in "**contenuti",** " **conoscenze** " e "**obiettivi minimi**" della programmazione.