

CURRICOLO

1° BIENNIO

Disciplina: SCIENZE MOTORIE

ITT (Istituto Tecnico Tecnologico)

ITE (Istituto Tecnico Economico)

IP (Istituto Professionale)

COMPETENZE

- Prendere coscienza del proprio corpo e della sua funzionalità, ampliare le capacità coordinative e condizionali realizzando schemi motori sempre più complessi
- Adottare i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza in palestra e conoscere i principi igienici e scientifici essenziali per mantenere il proprio stato di salute.
- Praticare sport di squadra privilegiando la componente educativa in modo da promuovere la convinzione di agire sempre secondo la logica della cooperazione e del fair play.

CONOSCENZE	ABILITA'
Conoscenza del regolamento d'Istituto inerente le norme che regolano la gestione dello "spazio palestra".	Saper controllare le proprie inclinazioni caratteriali nell'ottica di una sana convivenza e del rispetto delle regole condivise.
Conoscenza della terminologia specifica della materia.	Riuscire a descrivere in modo appropriato i principali movimenti dell'educazione fisica.
Presa di coscienza dei principali schemi motori di base, intesi come base per lo sviluppo delle proprie capacità coordinative e condizionali.	Essere in grado di controllare la funzionalità del proprio corpo ampliando le capacità coordinative e condizionali.
Conoscenza e pratica dei fondamentali individuali e di squadra delle discipline sportive presentate.	Praticare i giochi sportivi anche nei diversi ruoli: giocatore, allenatore, arbitro, tifoso...
Consapevolezza dei principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale con particolare riferimento al concetto di salute, benessere e dipendenze.	Sapere praticare le procedure del primo soccorso (compreso BLS).