

ISTRUZIONE PROFESSIONALE - SERVIZI COMMERCIALI

DECLINAZIONE DEL CURRICOLO PER LA CLASSE 3 P - SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

COMPETENZE	COMPETENZA INTERMEDIA	NUCLEI TEMATICI/ARGOMENTI	CONTENUTI SPECIFICI	UDA/ tematiche multidisciplinari
<p>AREA GENERALE 9: Riconoscere i principali aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea ed esercitare in modo efficace la pratica sportiva per il benessere individuale e collettivo</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Esser capace, applicando le conoscenze teoriche ed esperienziali in proprio possesso, di fare delle scelte opportune in funzione di un obiettivo da perseguire. • Essere in grado di gestire un programma di lavoro autonomo, adeguandosi a vari contesti. • Essere capace di applicare le conoscenze, elaborando autonomamente e consapevolmente uno stile di movimento, nel rispetto delle proprie caratteristiche psicofisiche. • Essere capace di fare scelte consapevoli e responsabili per la risoluzione di un problema motorio dato. • Praticare in modo corretto i principali giochi sportivi e le attività sportive individuali. • Saper applicare le conoscenze sul primo soccorso ed essere responsabili sul tema della sicurezza e della sana alimentazione. • Nel rispetto di regole prefissate essere in grado di pianificare una strategia per finalizzare il proprio movimento sul piano dell'efficacia e, o, dell'espressività. • Comportarsi in maniera adeguata e corretta nei vari ambienti utilizzati. 	<p>IL CORPO, LA SUA ESPRESSIVITA' E CAPACITA' CONDIZIONALI</p> <p>LA PERCEZIONE SENSORIALE, MOVIMENTO, SPAZIO-TEMPO E CAPACITA' COORDINATIVE</p> <p>GIOCO, GIOCO- SPORT E SPORT</p> <p>SICUREZZA E SALUTE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Capacità condizionali (miglioramento ed esercitazioni) • L'espressività corporea (il corpo come mezzo di comunicazione e di espressività) • Capacità coordinative (miglioramento ed esercitazioni) • Ginnastica posturale • Tecnica di corsa (miglioramento ed esercitazioni) • L'atletica leggera (corsa di velocità) • Pallavolo (fondamentali, tecnica e tattica) • Pallacanestro (fondamentali) • L'attività fisica come prevenzione • L'allenamento e la gestione autonoma della propria attività fisica • Norme di primo soccorso • Traumatologia (ferite, infortuni muscolari e traumi ossei, riconoscerli e saper intervenire) 	

--	--	--	--	--

LIBRO DI TESTO ADOTTATO
“Educare al movimento Slim”-Marietti scuola

METODOLOGIE	AMBIENTI DI APPRENDIMENTO
Lezione frontale e partecipata Lezione pratica Cooperative learning Ricerca-azione Problem solving Debate e discussione guidata	palestre

STRUMENTI	VERIFICHE
Piccoli e grandi attrezzi codificati e non	Prove pratiche