

DIPARTIMENTO DI SCIENZE MOTORIE

- Indirizzi: TUTTI
- Anni di corso: PRIMO BIENNIO

Competenze trasversali

- 1 - Sviluppo della socialità e del senso civico;
- 2 - riconoscimento ed affinamento delle identità personali;
- 3 - abitudine al rispetto delle regole.

Competenze disciplinari

- 1 - Consapevolezza della propria corporeità;
- 2 - consolidamento dei valori sociali;
- 3 – acquisizione di una buona preparazione motoria;
- 4 – atteggiamento positivo verso uno stile di vita sano ed attivo.

Nuclei tematici

- 1 - Potenziamento fisiologico;
- 2 - rielaborazione degli schemi motori di base;
- 3 - conoscenza e pratica di attività sportive;
- 4 - consolidamento del carattere, sviluppo della socialità e del senso civico;
- 5 - informazione sulla tutela della salute e prevenzione degli infortuni;
- 6 - conoscenze generali e specifiche sull'utilizzo del movimento nella fase di crescita, cenni sull'alimentazione e sane norme di comportamento.

Abilità/capacità

- 1 - Capacità condizionali;
- 2 - capacità percettivo-coordinative;
- 3 - conoscenza dei principali giochi sportivi, specialità di atletica leggera, nozioni teoriche e regole relative;
- 4 - dettatura di appunti/mappe e lezioni teorico-pratiche di argomenti scelti da da ogni singolo docente.

- Anni di corso: SECONDO BIENNIO

Competenze trasversali

- 1- Potenziamento delle capacità di integrazione e di socializzazione;
- 2- potenziamento delle capacità di autocontrollo;
- 3- rafforzamento della propria identità personale;
- 4- consolidamento della conoscenza dei valori insiti nella pratica sportiva.

Competenze disciplinari

- 1- Acquisizione di una buona preparazione motoria;
- 2- atteggiamento positivo verso uno stile di vita sano ed attivo;
- 3- sviluppo ed applicazione pratica degli aspetti scientifici della materia; attinente all'anatomia, alla fisiologia, alla cinesiologia, alla metodologia dell'allenamento.

Nuclei tematici

- 1- Potenziamento fisiologico;
- 2- rielaborazione degli schemi motori di base;
- 3- conoscenza e pratica di attività sportiva, con fondamentali individuali e di squadra;
- 4- consolidamento del carattere, sviluppo della personalità e del senso civico;
- 5- informazione sulla tutela della salute e prevenzione degli infortuni;
- 6- conoscenza specifica degli apparati: respiratorio, cardiocircolatorio, muscolare. La crescita e lo sviluppo psicomotorio.

Abilità/capacità

- 1- Capacità condizionali;
- 2- capacità coordinative complesse;
- 3- conoscenza dei principali giochi sportivi, con fondamentali individuali e di squadra;
- 4- conoscenza di specialità nell'atletica leggera e rispettivo regolamento;
- 5- consolidamento della capacità di soluzione dei problemi tattici di vari sport.

- Anno di corso: QUINTO

Competenze trasversali

- 1- Potenziamento delle capacità di integrazione e di socializzazione;
- 2- potenziamento delle capacità di autocontrollo;
- 3- rafforzamento della propria identità personale;
- 4- consolidamento della conoscenza dei valori insiti nella pratica sportiva.

Competenze disciplinari

- 1- Acquisizione di una buona preparazione motoria;
- 2- atteggiamento positivo verso uno stile di vita sano ed attivo;
- 3- sviluppo ed applicazione pratica degli aspetti scientifici della materia; attinente all'anatomia, alla fisiologia, alla cinesiologia, alla metodologia dell'allenamento.

Nuclei tematici

- 1- Potenziamento fisiologico;
- 2- Rielaborazione degli schemi motori di base;
- 3- Conoscenza e pratica di attività sportiva, con fondamentali individuali e di squadra;
- 4- Consolidamento del carattere, sviluppo della personalità e del senso civico;
- 5- Informazione sulla tutela della salute e prevenzione degli infortuni;
- 6- Conoscenza specifica degli apparati: respiratorio, cardiocircolatorio, muscolare. La crescita e lo sviluppo psicomotorio;
- 7- Conoscere i protocolli vigenti rispetto alla sicurezza e al primo soccorso.
- 8- Approfondire gli aspetti scientifici e sociali delle problematiche alimentari, delle dipendenze e dell'uso di sostanze illecite. Approfondire gli effetti positivi di uno stile di vita attivo per il benessere fisico e socio-relazionale della personalità.

Abilità/capacità

- 1- Capacità condizionali;
 - 2- Capacità coordinative complesse;
 - 3- Conoscenza dei principali giochi sportivi, con fondamentali individuali e di squadra;
 - 4- Conoscenza di specialità nell'atletica leggera e rispettivo regolamento;
 - 5- Consolidamento della capacità di soluzione dei problemi tattici di vari sport;
 - 6- Prevenire autonomamente gli infortuni e saper applicare i protocolli di primo soccorso;
 - 7- Scegliere ed adottare autonomamente corretti stili di vita anche attivi che durino nel tempo: long life learning.
-