



**ALLEGATO AL MODULO
PROGRAMMAZIONE DIDATTICO-EDUCATIVA
DEL CONSIGLIO DELLA CLASSE 1 BL**

Disciplina **SCIENZE MOTORIE**

Docente **CANAVESI PATRIZIA**

COMPETENZE (vedi Certificazione delle Competenze in uscita dal I biennio)

competenza 1: *L'alunno è consapevole della propria e altrui corporeità e utilizza le abilità motorie adattandole alle diverse situazioni*

- ✓ CAPACITA' MOTORIE COORDINATIVE, CONDIZIONALI e ABILITA MOTORIE: visione video "il Corpo Umano" e considerazioni generali sull'apparato locomotore (ossa, muscoli, articolazioni)
- ✓ Allenare la resistenza aerobica: anatomia e fisiologia essenziale degli apparati cardio circolatorio e respiratorio; lavoro continuato, corsa di regolarità. Rilevazione della frequenza cardiaca; controllo respiratorio. (verifica PRATICA e Teorica)
- ✓ Rotolamenti e Capovolte, Circuiti a stazioni di coordinazione globale/ schemi motori di base; circuito di destrezza con la palla (verifica PRATICA- PROVA COMUNE)

competenza 2: *L'alunno utilizza il ritmo del movimento, individualmente o in gruppo, applicato alle basi musicali o ritmiche in genere trovando soluzioni espressive personali*

- ✓ Danze Irlandesi (verifica PRATICA)
- ✓ Andature atletiche a coppie, Traini e trasporti di coppia e di gruppo (verifica PRATICA)

competenza 3: *Nel gioco e nello sport risolve problemi motori applicando tecniche e tattiche, rispettando regole e valori sportivi*

- ✓ Giochi di regole: 10 passaggi, fermatempo, palla meta, palla Volando, caccia alla volpe
- ✓ Fondamentali individuali dei giochi di squadra: Volley, Basket, Calcio, Badminton. regolamento essenziale e correzione principali errori (verifica PRATICA e TEORICA)
- ✓ Minitornei anche con arbitraggio autogestito.

competenza 4: *L'alunno adotta i fondamentali comportamenti di sicurezza, prevenzione e promozione della salute per il proprio benessere*

- ✓ Regolamento per l'accesso, l'attività in palestra, la cura del materiale didattico e la sicurezza.
- ✓ Riscaldamento generale e specifico: principi generali e attivazione guidata; elementi di primo soccorso per i principali traumi sportivi

COMPETENZE TRASVERSALI

RELAZIONE E SOCIALIZZAZIONE: Laboratorio "Mi presento; Mi piace; non mi piace; Mi racconto; attività varie di socializzazione/collaborazione;

UDA: BULLISMO E CYBERBULLISMO: STOP

PROGETTO CORSA CAMPESTRE: partecipazione su base volontaria in qualità di atleta

Partecipazione al progetto SPORT E HANDICAP (data da concordare, mese di aprile/maggio))

La **VALUTAZIONE** TERRA' CONTO ANCHE della partecipazione attiva, impegno e rispetto delle regole e delle consegne, come da griglia condivisa dal dipartimento. (OSSERVAZIONE SISTEMATICA)