

Disciplina: Scienze motorie e sportive - Area Comune

Competenze:

essere in grado di elaborare risposte motorie adeguate in situazioni semplici e complesse, riconoscendo le proprie capacità e le variazioni fisiologiche e morfologiche, realizzando semplici sequenze di movimento, in sicurezza, nei diversi ambienti anche naturali.

Conoscenze:	Abilità:
<ul style="list-style-type: none">-il corpo umano, le sue parti e la sua funzionalità-posture, funzioni fisiologiche-le tecniche e le pratiche motorie anche in ambiente naturale-il ritmo delle azioni motorie e sportive-le principali regole relative alle uscite in ambiente naturale-le possibilità che il territorio circostante offre per la pratica sportiva in ambiente naturale.	<ul style="list-style-type: none">Essere in grado di realizzare schemi motori semplici e complessi, utili ad affrontare attività motorie e sportive- elaborare risposte efficaci in situazioni motorie semplici e complesse-saper assumere posture correttesaper percepire e riprodurre ritmi interni ed esterni, in forma implicita ed esplicita-sapersi muovere sul territorio rispettando l'ambiente

Obiettivi Minimi:

lo studente deve essere in grado di realizzare azioni motorie complesse e non, utilizzando le proprie capacità condizionali e coordinative generali: capacità di apprendimento motorio, capacità di controllo motorio, capacità di adattamento e trasformazione dei movimenti.

Metodologie:	Valutazione/Tipologie di Verifiche:
lezione frontale problem solving attività in gruppi e a coppie	Per la valutazione, sia sommativa che formativa, verranno somministrate prove pratiche singole, a coppie e in gruppi, verifiche scritte ed orali.