

ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE "P. LEVI" di SAREZZO
CURRICOLO DI ISTITUTO

DISCIPLINA: DISCIPLINE SPORTIVE 1° BIENNIO	SETTORE: LICEO	INDIRIZZO: SCIENTIFICO POTENZIAMENTO SPORTIVO	ANNO DI RIFERIMENTO: 2022
COMPETENZA CHIAVE EUROPEE	CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE CON RIGUARDO ALL' ESPRESSIVITÀ CORPOREA		
FONTI DI LEGITTIMAZIONE	D.P.R. N. 52 del 5 marzo 2013: Regolamento di organizzazione dei percorsi della sezione ad indirizzo sportivo del sistema dei licei, a norma dell'articolo 3, comma 2, del decreto del Presidente della Repubblica 15 marzo 2010, n. 89.		
COMPETENZE SPECIFICHE	<p>Sa giocare agli sport di squadra ed individuali proposti applicando regole, tecniche di gioco e tattiche di gara. Conosce e sa applicare metodi e test di misurazione e valutazione della prestazione sportiva. Sa orientarsi nei vari ambienti, urbani e montani, grazie alle conoscenze sull'orienteeing Riconosce l'importanza della giusta postura ai fini della prevenzione dei paramorfismi. Riconosce gli effetti del movimento e sa individuare sani stili di vita nella ricerca del benessere e della salute. Sa nuotare secondo una tecnica appropriata allo stile e sa applicare le tecniche di salvataggio. Attraverso i vari laboratori sportivi proposti nel biennio sa utilizzare schemi ed azioni di movimento in modo originale e creativo nonché appropriati alle situazioni.</p>		
ABILITÀ	<p>Nel primo biennio gli studenti integrano le conoscenze di base della biologia dell'azione motoria, della meccanica applicata al movimento umano, dei processi</p>		

	mentali e dei meccanismi di produzione, controllo del movimento e del gesto sportivo. Acquisiscono gli strumenti di analisi dei fattori della prestazione e dei criteri della misurazione e valutazione sportiva. Affinano le condotte motorie e padroneggiano i fondamentali tecnici degli sport di base.
CONOSCENZE	Nel primo biennio gli studenti hanno le conoscenze di base della biologia dell'azione motoria, della meccanica applicata al movimento umano, dei processi mentali e dei meccanismi di produzione, controllo del movimento e del gesto sportivo. Acquisiscono gli strumenti di analisi dei fattori della prestazione e dei criteri della misurazione e valutazione sportiva. Sport di squadra Teoria e pratica di almeno due sport di squadra (2), applicazione nei diversi ruoli. Strumenti e tecniche di apprendimento motorio. Specificità dell'esercizio fisico allenante, tipi di esercizi, specificità dei programmi di allenamenti. Tecniche esecutive e tattiche di gara. Arbitraggio e Giuria. Aspetti e norme tecniche per la prevenzione dei danni della pratica.
COMPETENZA CHIAVE EUROPEE	Consapevolezza ed espressione culturale con riguardo all' espressività corporea.
FONTI DI LEGITTIMAZIONE	Raccomandazione del consiglio europeo del 22/05/2018; direttiva 4 del 16/01/2012; dpr 88 del 2010; dpr 176 del 20/08/2012.
COMPETENZE SPECIFICHE	Svolgere attività motorie adeguandosi ai diversi contesti ed esprimere le azioni attraverso la gestualità. Saper adeguare e controllare il movimento nello spazio libero e in rapporto agli attrezzi, nel rispetto dello sviluppo fisiologico. Conoscere e praticare in modo corretto ed essenziale i principali giochi sportivi e sport individuali.

EVIDENZE	Conoscere le norme di primo soccorso e di una corretta alimentazione ed essere responsabili nella tutela della sicurezza. Assumere comportamenti corretti in ambiente naturale. Riconoscere gli aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea e l'importanza che riveste la pratica dell'attività motorio-sportiva per il benessere individuale e collettivo.
SAPERI ESSENZIALI	Controllare gli schemi motori, sviluppare coordinazione ed equilibrio, allenare le capacità condizionali e coordinative di resistenza, forza, velocità e mobilità articolare. Nel gioco motorio e sportivo rispettare le regole e collaborare in modo costruttivo alle dinamiche di gruppo riconoscendo qualità e limiti propri ed altrui per raggiungere uno scopo condiviso. Acquisire consapevolezza del valore della pratica sportiva per il proprio benessere e per quello degli altri. Conoscere i principi fondamentali di prevenzione e attuazione della sicurezza in palestra, a scuola, negli spazi aperti, nella strada e nel tempo libero. Schemi motori (correre, saltare, rotolare, strisciare, afferrare, tirare, lanciare, arrampicare). Regole e contesti spaziali delle principali attività sportive. Capacità coordinative. Capacità condizionali. Nozioni di anatomia e fisiologia del corpo umano. Alimentazione e fabbisogno energetico, patologie legate alla malnutrizione e disturbi alimentari. Classificazione ed effetti delle sostanze dopanti e delle sostanze dannose per l'organismo. Nozioni di prevenzione infortuni e primo soccorso.

**ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE "P.
LEVI" di SAREZZO
CURRICOLO DI ISTITUTO**

DISCIPLINA: DISCIPLINE SPORTIVE		
TIPO DI VERIFICA	INDICATORI DI VALUTAZIONE APPRENDIMENTO STUDENTE	GIUDIZIO/VOTO CORRISPONDENTI
PROVA SCRITTA	Non è prevista.	
PROVA ORALE	Conoscenza dei contenuti: l'informazione è nulla Uso del linguaggio specifico: inesistente	1 - 2
	Conoscenza dei contenuti: conosce i contenuti in modo errato e/o piuttosto parziale. Uso del linguaggio specifico: molto scarso	3 - 4
	Conoscenza dei contenuti: conosce i contenuti in modo lacunoso e/o impreciso Uso del linguaggio specifico: mediocre	5
	Conoscenza dei contenuti: conosce i contenuti in modo sufficiente Uso del linguaggio specifico: sufficiente	6
	Conoscenza dei contenuti: conosce i contenuti pur con qualche imprecisione Uso del linguaggio specifico: discreto	7

	<p>Conoscenza dei contenuti: conosce i contenuti proposti in modo abbastanza approfondito</p> <p>Uso del linguaggio specifico: buono</p>	8
	<p>Conoscenza dei contenuti: conosce i contenuti in modo esauriente e approfondito</p> <p>Uso del linguaggio specifico: ottimo</p>	9 - 10
PROVA PRATICA	<p>Conoscenze: ha schemi motori di base elementari.</p> <p>Competenze: non riesce a valutare e mettere in pratica neppure le azioni motorie più semplici.</p> <p>Abilità: non è provvisto di abilità motorie.</p> <p>Interesse: ha rifiuto verso la materia.</p>	1 - 2
	<p>Conoscenze: rielabora in modo frammentario gli schemi motori di base.</p> <p>Competenze: non riesce a valutare ed applicare le azioni motorie e a compiere lavori di gruppo. Anche nell'effettuare azioni motorie semplici commette gravi errori coordinativi.</p> <p>Abilità: è provvisto solo di abilità motorie elementari e non riesce a comprendere regole.</p>	3 - 4

	<p>Interesse: è del tutto disinteressato</p>	
	<p>Conoscenze: si esprime a livello motorio in modo improprio e non memorizza in maniera corretta il linguaggio tecnico-sportivo.</p> <p>Competenze: non sa analizzare e valutare l'azione eseguita ed il suo esito. Anche guidato commette molti errori nell'impostare il proprio schema di azione.</p> <p>Abilità: progetta le sequenze motorie in maniera parziale ed imprecisa. Comprende in modo frammentario regole e tecniche.</p> <p>Interesse: dimostra un interesse parziale.</p>	5
	<p>Conoscenze: memorizza, seleziona, utilizza modalità esecutive, anche se in maniera superficiale.</p> <p>Competenze: sequenze.</p> <p>Abilità: coglie il significato di regole e tecniche in maniera sufficiente relazionandosi nello spazio e nel tempo.</p> <p>Interesse: è sufficientemente interessato.</p>	6
	<p>Conoscenze: sa spiegare il significato delle azioni e le modalità esecutive dimostrando una buona adattabilità alle sequenze motorie. Ha appreso la terminologia tecnico-sportiva.</p>	7-8

	<p>Competenze: sa adattarsi a situazioni motorie che cambiano, assumendo più ruoli e affrontando in maniera corretta nuovi impegni.</p> <p>Abilità: sa gestire autonomamente situazioni complesse e sa comprendere e memorizzare in maniera corretta regole e tecniche. Ha acquisito buone capacità coordinative ed espressive.</p> <p>Interesse: si dimostra particolarmente interessato e segue con attenzione.</p>	
	<p>Conoscenze: sa in maniera approfondita ed autonoma memorizzare selezionare ed utilizzare con corretto linguaggio tecnico – sportivo le modalità esecutive delle azioni motorie.</p> <p>Competenze: applica in modo autonomo e corretto le conoscenze motorie acquisite, affronta criticamente e con sicurezza nuovi problemi ricercando con creatività soluzioni alternative.</p> <p>Abilità: conduce con padronanza sia l’elaborazione concettuale che l’esperienza motoria progettando in modo autonomo e rapido le soluzioni tecnico-tattiche più adatte alla situazione.</p> <p>Interesse: si dimostra particolarmente interessato e apporta contributi personali alla lezione.</p>	9 - 10