

Dipartimento di Scienze Motorie : curriculum per competenze

PRIMO BIENNIO

Competenze di Base

1. Praticare l'attività motoria e gli sport per favorire l'armonico sviluppo dell'adolescente
2. Conoscere il proprio corpo, la sua funzionalità e i messaggi non verbali che può produrre
3. Cimentarsi in azioni motorie gradualmente più complesse e diversificate per migliorare le proprie capacità coordinative
4. Saper applicare semplici norme igienico-sanitarie e alimentari finalizzate al mantenimento del benessere personale
5. Conoscere i fondamenti teorici dell'attività motoria e sportiva

Competenze di cittadinanza

1. Rispettare le regole, l'ambiente in cui si opera, i compagni e il docente
2. Collaborare con i compagni all'interno della classe, sfruttando le proprie potenzialità e mettendole al servizio del gruppo

SECONDO BIENNIO

Competenze di base

1. Individuare e mettere in pratica esercitazioni atte ad incrementare le capacità coordinative e condizionali
2. Praticare gli sport migliorando la tecnica e la tattica di gioco
3. Conoscere e saper applicare alcuni metodi di allenamento per migliorare il proprio rendimento fisico
4. Saper valutare le proprie capacità confrontando i propri parametri con tabelle di riferimento
5. Conoscere i fondamenti teorici dell'attività motoria e sportiva

Competenze di cittadinanza

1. Collaborare all'organizzazione di eventi sportivi a scuola e fuori scuola
2. Conoscere ed apprezzare il valore della corporeità per sviluppare il benessere individuale nella vita di tutti i giorni

QUINTO ANNO

Competenze di base

1. Individuare e mettere in pratica esercitazioni atte ad incrementare le capacità coordinative e condizionali
2. Praticare gli sport migliorando la tecnica e la tattica di gioco
3. Conoscere e saper applicare alcuni metodi di allenamento per migliorare il proprio rendimento fisico
4. Saper valutare le proprie capacità confrontando i propri parametri con tabelle di riferimento
5. Conoscere i fondamenti teorici dell'attività motoria e sportiva

Competenze di cittadinanza

1. Collaborare all'organizzazione di eventi sportivi a scuola e fuori scuola
2. Prendere coscienza di un sano senso di competizione e del ruolo indispensabile dell'arbitraggio
3. Sviluppare una cultura motorio-sportiva che si concretizzi in uno stile di vita sano e attivo