

LICEO "G. MARCONI" – PARMA

CURRICOLO DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

PRIMO BIENNIO

CONOSCENZE	ABILITA'	COMPETENZE
<ul style="list-style-type: none">- Conoscere il proprio corpo- Comprendere i messaggi non verbali- Conoscere i fondamentali individuali e il regolamento tecnico di almeno uno sport di squadra- Conoscere le tecniche individuali e il regolamento tecnico di almeno uno sport individuale- Conoscere i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra, a casa e negli spazi aperti, compreso quello stradale	<ul style="list-style-type: none">- Saper eseguire esercitazioni proposte per il miglioramento delle capacità condizionali e coordinative- Comprendere e produrre consapevolmente i messaggi non verbali decodificando i propri messaggi e quelli altrui- Saper applicare gli elementi fondamentali e il regolamento di almeno uno sport di squadra- Saper applicare gli elementi fondamentali e il regolamento di almeno uno sport individuale- Saper adottare i principi igienici e scientifici essenziali per mantenere il proprio stato di salute e migliorare l'efficienza fisica	<ul style="list-style-type: none">- Saper realizzare schemi motori complessi in forma economica in situazioni variabili- Sapersi esprimere con il corpo e il movimento- Saper applicare strategie efficaci per la risoluzione di situazioni problematiche in almeno uno sport di squadra- Sapersi confrontare in almeno uno sport di squadra- Saper assumere comportamenti di autocontrollo e fair play- Sapersi applicare nei diversi ruoli di almeno uno sport individuale e di uno sport di squadra assumendo anche compiti di arbitraggio e di giuria- Saper utilizzare comportamenti di prevenzione e salvaguardia della salute- Sapersi muovere in ambiente naturale orientandosi in contesti diversificati
COMPETENZE TRASVERSALI <ul style="list-style-type: none">- Rispetto delle regole, delle consegne, dei luoghi, dei materiali, degli insegnanti e dei compagni- Sviluppo delle capacità affettivo-emozionali e relazionali- Sviluppo delle capacità sociale e collaborativa- Autonomia nel lavoro- Spirito di iniziativa e imprenditorialità		

SECONDO BIENNIO

CONOSCENZE	ABILITA'	COMPETENZE
<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere alcune metodiche di allenamento tali da poter affrontare diverse attività motorie e sportive - Conoscere i fondamentali individuali e il regolamento tecnico di diversi sport di squadra praticati in ambito scolastico - Conoscere le tecniche individuali e il regolamento tecnico di diversi sport individuali praticati in ambito scolastico - Prendere coscienza della propria corporeità - Conoscere le informazioni relative all'intervento di primo soccorso 	<ul style="list-style-type: none"> - Saper applicare alcune metodiche di allenamento tali da poter affrontare diverse attività motorie e sportive - Saper svolgere attività di diversa durata e intensità - Saper applicare gli elementi fondamentali e il regolamento di diversi sport di squadra praticati in ambito scolastico - Saper applicare gli elementi fondamentali e il regolamento di diversi sport individuali praticati in ambito scolastico - Saper mantenere comportamenti idonei a prevenire infortuni nelle diverse attività, nel rispetto della propria e dell'altrui incolumità 	<ul style="list-style-type: none"> - Saper valutare le proprie capacità e prestazioni confrontandole con le appropriate tabelle di riferimento - Saper distinguere le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica motoria e sportiva - Saper applicare strategie efficaci per la risoluzione di situazioni problematiche in diversi sport di squadra praticati in ambito scolastico - Sapersi confrontare in diversi sport di squadra assumendosi responsabilità personali - Saper assumere comportamenti di autocontrollo e fair play - Sapersi applicare in più ruoli in diversi sport individuali e di squadra assumendo anche compiti di arbitraggio e di giuria - Saper utilizzare comportamenti di prevenzione e salvaguardia della salute - Saper affrontare l'attività motoria e sportiva in ambiente naturale utilizzando attrezzi, materiali ed eventuali strumenti tecnologici e/o informatici
<p>COMPETENZE TRASVERSALI</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rispetto delle regole, delle consegne, dei luoghi, dei materiali, degli insegnanti e dei compagni - Consolidamento delle capacità affettivo-emozionali e relazionali - Consolidamento delle capacità sociale e collaborativa - Consapevole autonomia nel lavoro - Spirito di iniziativa e imprenditorialità 		

QUINTO ANNO

CONOSCENZE	ABILITA'	COMPETENZE
<ul style="list-style-type: none"> - Conoscenza e consapevolezza degli effetti positivi generati dai percorsi di preparazione fisica specifici - Conoscere le strategie tecnico-tattiche di diversi sport individuali e di squadra praticati in ambito scolastico - Conoscenza dei principi generali di uno stile di vita sano e di una corretta alimentazione - Conoscere le informazioni relative all'intervento di primo soccorso 	<ul style="list-style-type: none"> - Saper applicare alcune metodiche di allenamento tali da poter affrontare diverse attività motorie e sportive - Saper svolgere attività di diversa durata e intensità - Saper distinguere le strategie tecnico-tattiche di diversi sport individuali e di squadra praticati in ambito scolastico - Saper mantenere stili di vita e comportamenti attivi nei confronti della propria salute con atteggiamenti idonei a prevenire infortuni 	<ul style="list-style-type: none"> - Saper distinguere le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica motoria e sportiva - Saper applicare le strategie tecnico-tattiche di diversi sport individuali e di squadra praticati in ambito scolastico - Saper affrontare il confronto agonistico con un'etica corretta, con rispetto delle regole e vero fair play - Saper svolgere ruoli di organizzazione e di direzione dell'attività sportiva - Saper utilizzare comportamenti di prevenzione e salvaguardia della salute - Saper mettere in atto comportamenti responsabili nei confronti del comune patrimonio ambientale impegnandosi in attività ludiche e sportive in diversi ambiti, anche con l'utilizzo della strumentazione tecnologica e multimediale a ciò preposta
<p>COMPETENZE TRASVERSALI</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rispetto consapevole delle regole, delle consegne, dei luoghi, dei materiali, degli insegnanti e dei compagni - Consolidamento delle capacità affettivo-emozionali e relazionali contestuale ad una globale maturazione della personalità - Consolidamento delle capacità sociale e collaborativa - Consapevole autonomia nel lavoro e capacità progettuale - Spirito di iniziativa e imprenditorialità 		