

<b>1100 – B2</b> Ed. 4 del 30/10/12	<b>LICEO SCIENTIFICO STATALE</b> <b>“G. FALCONE E P. BORSELLINO”</b>	Data 28/10/15	Firma Cristina Vescovi	Pagina 1 di 11
--	---	------------------	------------------------------	----------------

## PROGRAMMAZIONE DIDATTICA

DIPARTIMENTO DI  <b>SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE</b>  CLASSI DEL SECONDO BIENNIO	MATERIA: <b>SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE</b>  CLASSE: <b>A.S.</b>  DOCENTE:
--	---

PROFILO CLASSE	
INGRESSO	USCITA

### Il profilo educativo, culturale e professionale dello studente liceale:

“I percorsi liceali forniscono allo studente gli strumenti culturali e metodologici per una comprensione approfondita della realtà, affinché egli si ponga, con atteggiamento razionale, creativo, progettuale e critico, di fronte alle situazioni, ai fenomeni e ai problemi, ed acquisisca conoscenze, abilità e competenze sia adeguate al proseguimento degli studi di ordine superiore, all’inserimento nella vita sociale e nel mondo del lavoro, sia coerenti con le capacità e le scelte personali”.

Per raggiungere questi risultati occorre il concorso e la piena valorizzazione di tutti gli aspetti del lavoro scolastico:

- lo studio delle discipline in una prospettiva sistematica, storica e critica;
- la pratica dei metodi di indagine propri dei diversi ambiti disciplinari;
- l’esercizio di lettura, analisi, traduzione di testi letterari, filosofici, storici, scientifici, saggistici e di interpretazione di opere d’arte;
- l’uso costante del laboratorio per l’insegnamento delle discipline scientifiche;
- la pratica dell’argomentazione e del confronto;
- la cura di una modalità espositiva scritta ed orale corretta, pertinente, efficace e personale;
- l’uso degli strumenti multimediali a supporto dello studio e della ricerca.

Risultati di apprendimento comuni a tutti i percorsi liceali individuati dal DIPARTIMENTO: gli studenti dovranno:	Risultato di apprendimento e strategia/metodologia didattica deliberata dal CdC
<b>1. Area metodologica</b> • Strategie:	
<b>2. Area logico-argomentativa</b>  Strategie:	
<b>3. Area linguistica e comunicativa</b> • Strategie:	
<b>4. Area storico umanistica</b> Strategie	
<b>5. Area scientifica, matematica e tecnologica</b> • Strategie:	

### RISULTATI DI APPRENDIMENTO DEL LICEO LINGUISTICO

#### individuati dal DIPARTIMENTO:

“Il percorso del liceo linguistico è indirizzato allo studio di più sistemi linguistici e culturali. Guida lo studente ad approfondire e a sviluppare le conoscenze e le abilità, a maturare le competenze necessarie per acquisire la padronanza comunicativa di tre lingue, oltre l’italiano e per comprendere criticamente l’identità storica e culturale di tradizioni e civiltà diverse” (art. 6 comma 1)

Gli studenti, a conclusione del percorso di studio, oltre a raggiungere i risultati di apprendimento comuni, dovranno:

- avere acquisito in due lingue moderne strutture, modalità e competenze comunicative corrispondenti almeno al Livello B2 del Quadro Comune Europeo di Riferimento;

- saper comunicare in tre lingue moderne in vari contesti sociali e in situazioni professionali utilizzando diverse forme testuali;
- riconoscere in un'ottica comparativa gli elementi strutturali caratterizzanti le lingue studiate ed essere in grado di passare agevolmente da un sistema linguistico all'altro;
- essere in grado di affrontare in lingua diversa dall'italiano specifici contenuti disciplinari;
- conoscere le principali caratteristiche culturali dei paesi di cui si è studiata la lingua, attraverso lo studio e l'analisi di opere letterarie, estetiche, visive, musicali, cinematografiche, delle linee fondamentali della loro storia e delle loro tradizioni;
- sapersi confrontare con la cultura degli altri popoli, avvalendosi delle occasioni di contatto e di scambio.

<b>COMPETENZA n. 1</b>		<b>Sì / No</b>
<b>MOVIMENTO : Elabora e attua tutte le risposte motorie adeguate in situazioni complesse, assumendo i diversi ruoli dell'attività sportiva. Pianifica progetti e percorsi motori e sportivi.</b>		
<b>OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO:</b>		
<p><b>CONOSCENZE:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conoscere le proprie potenzialità (punti di forza e criticità) e confrontarle con tabelle di riferimento criteriali e standardizzate</li> <li>2. Conoscere il ritmo nelle/delle azioni motorie e sportive complesse.</li> <li>3. Conoscere le caratteristiche delle attività motorie e sportive collegate al territorio e l'importanza della sua salvaguardia.</li> <li>4. Conoscere le funzioni fisiologiche in relazione al movimento e i principali paramorfismi e dismorfismi.</li> </ol> <p><b>ABILITA':</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ampliare le capacità coordinative e condizionali, realizzando schemi motori complessi utili ad affrontare attività motorie e sportive.</li> <li>2. Percepire, riprodurre e variare il ritmo delle azioni.</li> <li>3. Organizzare e applicare attività e percorsi motori sportivi individuali e di gruppo nel rispetto dell'ambiente.</li> <li>4. Distinguere le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica sportiva; assumere posture corrette anche in presenza di carichi ; autovalutarsi ed elaborare i risultati con l' utilizzo delle tecnologie.</li> </ol>		
<b>CONTENUTI:</b>		
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. - L'anatomia e la fisiologia umana applicata all'educazione motoria e sportiva: i sistemi e gli apparati del corpo umano, le loro funzioni fisiologiche e le loro modificazioni legate all'allenamento. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Le capacità motorie: condizionali e coordinative quali resistenza, velocità, forza, mobilità articolare, destrezza, equilibrio e coordinazione oculo-manuale, oculo- podalica e dinamica generale.</li> <li>- I test condizionali e coordinativi.</li> <li>- Gli schemi motori complessi.</li> </ul> </li> <li>2. Le capacità di percezione spazio-temporale, il ritmo e la coordinazione adattata ad azioni motorie e sportive complesse (tecniche degli sport individuali e dei giochi sportivi di squadra).</li> <li>3. Attività sportiva in ambiente naturale attraverso esperienze curriculari ed extracurriculari.</li> <li>4. -Le modificazioni fisiologiche dei più importanti sistemi ed apparati del corpo umano. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Le posture corrette : la ginnastica posturale, il rilassamento e lo yoga.</li> <li>- L'autovalutazione intesa come analisi e valutazione del livello delle proprie capacità fisiche attraverso i test e l'elaborazione di scout di partite, grafici e statistiche con l'utilizzo delle tecnologie.</li> </ul> </li> </ol>		
<b>METODOLOGIA (croccettare ed eliminare quelle non utilizzate):</b>		
<input type="checkbox"/> Lezione frontale verbale; <input type="checkbox"/> Lezione frontale con strumenti multimediali; <input type="checkbox"/> Uso di video (film, documentari); <input type="checkbox"/> Lavoro di gruppo; <input type="checkbox"/> Modalità deduttiva (esercitazione dopo la spiegazione); <input type="checkbox"/> Modalità induttiva (osservazione sperimentale seguita da generalizzazioni teoriche); <input type="checkbox"/> Discussione basata sull'argomentazione e sul confronto; <input type="checkbox"/> ricerca guidata; <input type="checkbox"/> altro(specificare)		
<b>VERIFICA:</b> pratica, orale e/o scritta		
<b>DURATA ORE:</b> Liceo Scientifico Liceo Linguistico	<b>DATA INIZIO:</b>	<b>DATA FINE :</b>

<b>COMPETENZA n. 2</b>		<b>Sì / No</b>
<b>LINGUAGGI DEL CORPO: Rielabora creativamente il linguaggio espressivo in contesti differenti.</b>		
<b>OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO:</b>		
<b>CONOSCENZE:</b> 1. Conoscere codici della comunicazione corporea. 2. Conoscere tecniche mimico-gestuali e di espressione corporea e le analogie emotive con diversi linguaggi. 3. Conoscere le caratteristiche della musica e del ritmo in funzione del movimento. <b>ABILITA':</b> 1. Saper dare significato al movimento (semantica). 2. Esprimere con il movimento le differenti emozioni suscitate da altri tipi di linguaggio (musicale, visivo, poetico, pittorico....) 3. Ideare e realizzare sequenze ritmiche espressive complesse in sincronia con uno o più compagni.		
<b>CONTENUTI:</b>		
1. Il significato della parola movimento come forma di comunicazione 2. - La mimica facciale e il mimo come forma di espressione non verbale. - Elaborazioni di sequenze creative di movimenti e passi di danza moderna e hip hop, di ginnastica aerobica, step e zumba per costituire una coreografia. 3. - Danza in coppia (passo a due) e in gruppo anche di tipo folkloristico. - Acrosport in coppia, a tre e in gruppo.		
<b>METODOLOGIA (crociare ed eliminare quelle non utilizzate):</b>		
<input type="checkbox"/> Lezione frontale verbale; <input type="checkbox"/> Lezione frontale con strumenti multimediali; <input type="checkbox"/> Uso di video (film, documentari); <input type="checkbox"/> Lavoro di gruppo; <input type="checkbox"/> Modalità deduttiva (esercitazione dopo la spiegazione); <input type="checkbox"/> Modalità induttiva (osservazione sperimentale seguita da generalizzazioni teoriche); <input type="checkbox"/> Discussione basata sull'argomentazione e sul confronto; <input type="checkbox"/> ricerca guidata; <input type="checkbox"/> altro (specificare)		
<b>VERIFICA:</b> pratica, orale e/o scritta		
<b>DURATA ORE:</b> Liceo Scientifico Liceo Linguistico	<b>DATA INIZIO:</b>	<b>DATA FINE :</b>

<b>COMPETENZA n. 3</b>		<b>Sì / No</b>
<b>GIOCO SPORT: Pratica autonomamente attività sportiva con fair play scegliendo personali tattiche e strategie anche nell'organizzazione, interpretando al meglio la cultura sportiva.</b>		
<b>OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO:</b>		
<b>CONOSCENZE:</b>		
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conoscere la teoria e la pratica delle tecniche dei fondamentali (individuali e di squadra) dei giochi e degli sport.</li> <li>2. Approfondire la teoria di tattiche e strategie dei giochi e degli sport.</li> <li>3. Approfondire la terminologia, il regolamento tecnico, il fair play anche in funzione dell'arbitraggio.</li> <li>4. Conoscere gli aspetti sociali dei giochi e degli sport.</li> </ol>		
<b>ABILITA':</b>		
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trasferire e realizzare le tecniche adattandole alle capacità e alle situazioni anche proponendo varianti.</li> <li>2. Trasferire e realizzare strategie e tattiche nelle attività sportive.</li> <li>3. Trasferire e realizzare strategie e tattiche nelle attività sportive.</li> <li>4. Interpretare gli aspetti sociali dei giochi e degli sport.</li> </ol>		
<b>CONTENUTI:</b>		
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. - La tecnica dei fondamentali individuali e di squadra dei principali giochi di squadra: pallavolo, basket, softball, pallamano, calcetto, ultimate, uni-hoc, badminton ecc.</li> <li>- Le tecniche degli sport individuali: nuoto (4 stili, il tuffo di partenza, le virate e le staffette), atletica leggera (corsa ad ostacoli in terza e salto in alto in quarta), ginnastica artistica (corpo libero: verticale in terza e ruota in quarta) e tennis (il servizio, il dritto e il rovescio e la volee).</li> <li>2. - Schemi di attacco e di difesa.</li> <li>3. - La terminologia specifica.</li> <li>- Il regolamento tecnico federale.</li> <li>- I ruoli dei giocatori.</li> <li>- L'arbitraggio.</li> <li>4. - Il rispetto dell'avversario</li> <li>- La vittoria e la sconfitta</li> <li>- Il tifo</li> <li>- Il doping</li> </ol>		
<b>METODOLOGIA (crociare ed eliminare quelle non utilizzate):</b>		
<input type="checkbox"/> Lezione frontale verbale; <input type="checkbox"/> Lezione frontale con strumenti multimediali; <input type="checkbox"/> Uso di video (film, documentari); <input type="checkbox"/> Lavoro di gruppo; <input type="checkbox"/> Modalità deduttiva (esercitazione dopo la spiegazione); <input type="checkbox"/> Modalità induttiva (osservazione sperimentale seguita da generalizzazioni teoriche); <input type="checkbox"/> Discussione basata sull'argomentazione e sul confronto; <input type="checkbox"/> ricerca guidata; <input type="checkbox"/> altro (specificare)		
<b>VERIFICA:</b> pratica, orale e/o scritta		
<b>DURATA ORE:</b> Liceo Scientifico Liceo Linguistico	<b>DATA INIZIO:</b>	<b>DATA FINE :</b>

<b>COMPETENZA n. 4</b>		<b>Sì / No</b>
<b>SALUTE E BENESSERE : Assume in maniera consapevole comportamenti orientati a stili di vita attivi applicando i principi di prevenzione e sicurezza nei diversi ambienti.</b>		
<b>OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO:</b>		
<b>CONOSCENZE:</b> 1. Conoscere le procedure di sicurezza e per il primo soccorso. 2. Conoscere le conseguenze di una cattiva alimentazione e i pericoli legati all'uso di sostanze che inducono dipendenza. 3. Conoscere le problematiche legate alla sedentarietà dal punto di vista fisico e sociale.  <b>ABILITA':</b> 1. Conoscere le problematiche legate alla sedentarietà dal punto di vista fisico e sociale. 2. Assumere comportamenti attivi rispetto all'alimentazione, igiene e salvaguardia da sostanze illecite. 3. Assumere comportamenti fisicamente attivi in molteplici contesti per un miglioramento dello stato di benessere.		
<b>CONTENUTI:</b>		
1. - Norme di sicurezza: regolamenti e assistenza attiva e passiva. - Primo soccorso 2. - L'igiene personale e degli ambienti sportivi frequentati. - L'alimentazione equilibrata e i disturbi alimentari. - L'alimentazione dello sportivo. - Le sostanze illecite (fumo, alcool, droghe, doping) e la prevenzione dalle dipendenze. 3. - Le metodiche di allenamento. - L'affaticamento: il controllo della fatica. - Il superallenamento. - L'ansia: il controllo dell'emotività attraverso pratiche di rilassamento, meditazione e yoga.		
<b>METODOLOGIA (crocettare ed eliminare quelle non utilizzate):</b>		
<input type="checkbox"/> Lezione frontale verbale; <input type="checkbox"/> Lezione frontale con strumenti multimediali; <input type="checkbox"/> Uso di video (film, documentari); <input type="checkbox"/> Lavoro di gruppo; <input type="checkbox"/> Modalità deduttiva (esercitazione dopo la spiegazione); <input type="checkbox"/> Modalità induttiva (osservazione sperimentale seguita da generalizzazioni teoriche); <input type="checkbox"/> Discussione basata sull'argomentazione e sul confronto; <input type="checkbox"/> ricerca guidata; <input type="checkbox"/> altro (specificare)		
<b>VERIFICA:</b> pratica, orale e /o scritta		
<b>DURATA:</b> Liceo Scientifico Liceo Linguistico	<b>DATA INIZIO:</b>	<b>DATA FINE :</b>

1100 – B2 Ed. 4 del 30/10/12	LICEO SCIENTIFICO STATALE “G. FALCONE E P. BORSELLINO”	Data 28/10/15	Firma Cristina Vescovi	Pagina 6 di 11
---------------------------------	---	------------------	------------------------------	----------------

## PROGRAMMAZIONE DIDATTICA

DIPARTIMENTO DI  <b>SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE</b>  CLASSI <b>QUINTE</b>	MATERIA: <b>SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE</b>  CLASSE: <b>A.S.</b>  DOCENTE:
--	---

PROFILO CLASSE	
INGRESSO	USCITA

### Il profilo educativo, culturale e professionale dello studente liceale:

“I percorsi liceali forniscono allo studente gli strumenti culturali e metodologici per una comprensione approfondita della realtà, affinché egli si ponga, con atteggiamento razionale, creativo, progettuale e critico, di fronte alle situazioni, ai fenomeni e ai problemi, ed acquisisca conoscenze, abilità e competenze sia adeguate al proseguimento degli studi di ordine superiore, all’inserimento nella vita sociale e nel mondo del lavoro, sia coerenti con le capacità e le scelte personali”.

Per raggiungere questi risultati occorre il concorso e la piena valorizzazione di tutti gli aspetti del lavoro scolastico:

- lo studio delle discipline in una prospettiva sistematica, storica e critica;
- la pratica dei metodi di indagine propri dei diversi ambiti disciplinari;
- l’esercizio di lettura, analisi, traduzione di testi letterari, filosofici, storici, scientifici, saggistici e di interpretazione di opere d’arte;
- l’uso costante del laboratorio per l’insegnamento delle discipline scientifiche;
- la pratica dell’argomentazione e del confronto;
- la cura di una modalità espositiva scritta ed orale corretta, pertinente, efficace e personale;
- l’uso degli strumenti multimediali a supporto dello studio e della ricerca.

Risultati di apprendimento comuni a tutti i percorsi liceali individuati dal DIPARTIMENTO: gli studenti dovranno:	Risultato di apprendimento e strategia/metodologia didattica deliberata dal C.d.C.
1. Area metodologica • Strategie:	
2. Area logico-argomentativa  Strategie:	
3. Area linguistica e comunicativa • Strategie:	
4. Area storico umanistica Strategie	
5. Area scientifica, matematica e tecnologica • Strategie:	

### RISULTATI DI APPRENDIMENTO DEL LICEO SCIENTIFICO individuati dal DIPARTIMENTO:

“Il percorso del liceo scientifico è indirizzato allo studio del nesso tra cultura scientifica e tradizione umanistica. Favorisce l’acquisizione delle conoscenze e dei metodi propri della matematica, della fisica e delle scienze naturali. Guida lo studente ad approfondire e a sviluppare le conoscenze e le abilità e a maturare le competenze necessarie per seguire lo sviluppo della ricerca scientifica e tecnologica e per individuare le interazioni tra le diverse forme del sapere, assicurando la padronanza dei linguaggi, delle tecniche e delle metodologie relative, anche attraverso la pratica laboratoriale” (art. 8 comma 1).

Gli studenti, a conclusione del percorso di studio, oltre a raggiungere i risultati di apprendimento comuni, dovranno:

- aver acquisito una formazione culturale equilibrata nei due versanti linguistico-storico-filosofico e scientifico; comprendere i nodi fondamentali dello sviluppo del pensiero, anche in dimensione storica...;
- saper cogliere la potenzialità delle applicazioni dei risultati scientifici nella vita quotidiana.

### **RISULTATI DI APPRENDIMENTO DEL LICEO LINGUISTICO**

#### **individuati dal DIPARTIMENTO:**

“Il percorso del liceo linguistico è indirizzato allo studio di più sistemi linguistici e culturali. Guida lo studente ad approfondire e a sviluppare le conoscenze e le abilità, a maturare le competenze necessarie per acquisire la padronanza comunicativa di tre lingue, oltre l’italiano e per comprendere criticamente l’identità storica e culturale di tradizioni e civiltà diverse” (art. 6 comma 1)

Gli studenti, a conclusione del percorso di studio, oltre a raggiungere i risultati di apprendimento comuni, dovranno:

- avere acquisito in due lingue moderne strutture, modalità e competenze comunicative corrispondenti almeno al Livello B2 del Quadro Comune Europeo di Riferimento;
- saper comunicare in tre lingue moderne in vari contesti sociali e in situazioni professionali utilizzando diverse forme testuali;
- riconoscere in un’ottica comparativa gli elementi strutturali caratterizzanti le lingue studiate ed essere in grado di passare agevolmente da un sistema linguistico all’altro;
- essere in grado di affrontare in lingua diversa dall’italiano specifici contenuti disciplinari;
- conoscere le principali caratteristiche culturali dei paesi di cui si è studiata la lingua, attraverso lo studio e l’analisi di opere letterarie, estetiche, visive, musicali, cinematografiche, delle linee fondamentali della loro storia e delle loro tradizioni;
- sapersi confrontare con la cultura degli altri popoli, avvalendosi delle occasioni di contatto e di scambio.

<b>COMPETENZA n. 1</b>	<b>Sì / No</b>
<p><b>MOVIMENTO: Elabora e attua tutte le risposte motorie adeguate in situazioni complesse, assumendo i diversi ruoli dell’attività sportiva. Pianifica progetti e percorsi motori e sportivi.</b></p>	
<p><b>OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO:</b></p> <p><b>CONOSCENZE:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Riconoscere le diverse caratteristiche personali in ambito motorio e sportivo.</li> <li>2. Riconoscere il ritmo personale nelle/delle azioni motorie e sportive.</li> <li>3. Conoscere le caratteristiche del territorio e le azioni per tutelarlo, in prospettiva di tutto l’arco della vita.</li> <li>4. Conoscere gli effetti positivi generati dai percorsi di preparazione fisica specifici; conoscere e decodificare tabelle di allenamento con strumenti tecnologici e multimediali.</li> </ol> <p><b>ABILITA’:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Avere consapevolezza delle proprie attitudini nell’attività motoria e sportiva.</li> <li>2. Padroneggiare le differenze ritmiche e realizzare personalizzazioni efficaci.</li> <li>3. Mettere in atto comportamenti responsabili e di tutela del bene comune come stile di vita: long life learning.</li> <li>4. Trasferire e applicare autonomamente metodi di allenamento con autovalutazione ed elaborazione dei risultati testati anche con la strumentazione tecnologica e multimediale.</li> </ol>	
<p><b>CONTENUTI:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. L’ autovalutazione in vista di una scelta consapevole dello sport da praticare.</li> <li>2. Creare routine di ginnastica artistica personalizzate o coreografie di danza, ginnastica aerobica, step e zumba e nuoto sincronizzato su temi musicali vari e proporre lezioni autogestite.</li> <li>3. Attività sportiva in ambiente naturale attraverso esperienze curriculari ed extracurriculari: arrampicata, trekking, orienteering, sci alpino, pattinaggio su ghiaccio, vela, bike ecc.</li> <li>4. - L’autovalutazione intesa come analisi e valutazione del livello delle proprie capacità fisiche attraverso i test e l’elaborazione di scout di partite, grafici e statistiche con l’utilizzo delle tecnologie.</li> </ol> <p>- La teoria dell’allenamento. - Le tabelle di allenamento.</p>	
<p><b>METODOLOGIA (crocettare ed eliminare quelle non utilizzate):</b></p> <p><input type="checkbox"/> Lezione frontale verbale; <input type="checkbox"/> Lezione frontale con strumenti multimediali; <input type="checkbox"/> Uso di video (film, documentari); <input type="checkbox"/> Lavoro di gruppo; <input type="checkbox"/> Modalità deduttiva (esercitazione dopo la spiegazione); <input type="checkbox"/> Modalità induttiva (osservazione sperimentale seguita da generalizzazioni teoriche); <input type="checkbox"/> Discussione basata sull’argomentazione e sul confronto; <input type="checkbox"/> ricerca guidata; <input type="checkbox"/> altro(specificare)</p>	
<p><b>VERIFICA:</b> pratica, orale e /o scritta</p>	
<p><b>DURATA ORE:</b> Liceo Scientifico Liceo Linguistico</p>	<p><b>DATA INIZIO:</b></p>
	<p><b>DATA FINE :</b></p>

<b>COMPETENZA n. 2</b>		<b>Sì / No</b>
<b>LINGUAGGI DEL CORPO: Rielabora creativamente il linguaggio espressivo in contesti differenti.</b>		
<b>OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO:</b>		
<b>CONOSCENZE:</b> 1. Conoscere possibili interazioni fra linguaggi espressivi e altri contesti (letterario, artistico, musicale, teatrale, filmico...).		
2. Conoscere gli elementi di base relativi alle principali tecniche espressive.		
3. Riconoscere la differenza fra movimento biomeccanico ed espressivo; conoscere le caratteristiche della musica e del ritmo in funzione del movimento.		
<b>ABILITA':</b>		
1. Padroneggiare gli aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea nell'ambito di progetti e percorsi anche interdisciplinari.		
2. Individuare fra le diverse tecniche espressive quella più congeniale alla propria modalità espressiva.		
3. Ideare e realizzare sequenze ritmiche espressive complesse individuali, a coppie, in gruppo, in modo fluido e personale.		
<b>CONTENUTI:</b>		
1. - Esperienze di danza hip-hop: Progetto danza "Olimpiadi della danza" 2016. - Esperienze di rappresentazioni teatrali: Progetto teatro.		
2. - Esperienze di acqua-gym, acqua-bike e nuoto sincronizzato.		
3. Esperienze varie di comunicazione non verbale per poter scegliere quella più congeniale alla propria personalità e fisicità e potersi esprimere in spettacoli di danza e di teatro anche a livello scolastico.		
4. - Ginnastica artistica: routine a corpo libero con tutti gli elementi tecnici di base imparati e personalizzata da salti artistici e posizioni di tenuta ed equilibrio di libera scelta eseguita anche su tema musicale. - Coreografie di ginnastica aerobica, step, zumba, danza hip hop.		
<b>METODOLOGIA (crocettare ed eliminare quelle non utilizzate):</b>		
<input type="checkbox"/> Lezione frontale verbale; <input type="checkbox"/> Lezione frontale con strumenti multimediali; <input type="checkbox"/> Uso di video (film, documentari); <input type="checkbox"/> Lavoro di gruppo; <input type="checkbox"/> Modalità deduttiva (esercitazione dopo la spiegazione); <input type="checkbox"/> Modalità induttiva (osservazione sperimentale seguita da generalizzazioni teoriche); <input type="checkbox"/> Discussione basata sull'argomentazione e sul confronto; <input type="checkbox"/> ricerca guidata; <input type="checkbox"/> altro(specificare)		
<b>VERIFICA:</b> pratica, orale e /o scritta		
<b>DURATA ORE:</b> Liceo Scientifico Liceo Linguistico	<b>DATA INIZIO:</b>	<b>DATA FINE :</b>

<b>COMPETENZA n. 3 :</b>		<b>Sì / No</b>
<b>GIOCO SPORT: Pratica autonomamente attività sportiva con fair play scegliendo personali tattiche e strategie anche nell'organizzazione, interpretando al meglio la cultura sportiva.</b>		
<b>OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO:</b>		
<b>CONOSCENZE:</b> 1. Approfondire la conoscenza delle tecniche dei giochi e degli sport. 2. Sviluppare le strategie tecnico tattiche dei giochi e degli sport praticati. 3. Padroneggiare terminologia, regolamento tecnico, fair play e modelli organizzativi (tornei, feste sportive...) 4. Conoscere i fenomeni di massa legati al mondo sportivo. <b>ABILITA':</b> 1. Trasferire autonomamente tecniche sportive proponendo varianti. 2. Trasferire e realizzare autonomamente strategie e tattiche nelle attività sportive. 3. Svolgere ruoli di direzione, organizzazione e gestione di eventi sportivi. 4. Interpretare con senso critico i fenomeni di massa legati al mondo sportivo (tifo, doping, professionismo, scommesse....).		
<b>CONTENUTI:</b> 1. - La tecnica dei fondamentali individuali e di squadra dei principali giochi di squadra: pallavolo, basket, softball, pallamano, calcetto, pallanuoto, ultimate, uni-hoc, badminton ecc. - Le tecniche degli sport individuali: nuoto, atletica leggera (lancio del peso), ginnastica artistica (routine finale) e tennis. 2. Scelta di specifici schemi di attacco e di difesa imparati da applicare nelle partite tra classi o in tornei. 3. Esperienze di organizzazione di tornei di pallavolo, basket e calcetto e di arbitraggio delle partite di torneo: Progetto "Sport in rete". 4. - Il tifo sportivo nei diversi sport. - Il doping. - Il professionismo.		
<b>METODOLOGIA (crocettare ed eliminare quelle non utilizzate):</b> <input type="checkbox"/> Lezione frontale verbale; <input type="checkbox"/> Lezione frontale con strumenti multimediali; <input type="checkbox"/> Uso di video (film, documentari); <input type="checkbox"/> Lavoro di gruppo; <input type="checkbox"/> Modalità deduttiva (esercitazione dopo la spiegazione); <input type="checkbox"/> Modalità induttiva (osservazione sperimentale seguita da generalizzazioni teoriche); <input type="checkbox"/> Discussione basata sull'argomentazione e sul confronto; <input type="checkbox"/> ricerca guidata; <input type="checkbox"/> altro(specificare)		
<b>VERIFICA:</b> pratica, orale e /o scritta		
<b>DURATA ORE:</b> Liceo Scientifico Liceo Linguistico	<b>DATA INIZIO:</b>	<b>DATA FINE :</b>

<b>COMPETENZA n. 4</b>		<b>Sì / No</b>
<b>SALUTE E BENESSERE : Assume in maniera consapevole comportamenti orientati a stili di vita attivi applicando i principi di prevenzione e sicurezza nei diversi ambienti.</b>		
<b>OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO:</b>		
<b>CONOSCENZE:</b> 1. Conoscere i protocolli vigenti rispetto alla sicurezza e al primo soccorso degli specifici infortuni. 2. Approfondire gli aspetti scientifici e sociali delle problematiche alimentari, delle dipendenze e dell'uso di sostanze illecite 3. Approfondire gli effetti positivi di uno stile di vita attivo per il benessere fisico e socio relazionale della persona.		
<b>ABILITA':</b> 1. Prevenire autonomamente e saper applicare i protocolli di primo soccorso. 2. Scegliere autonomamente di adottare corretti stili di vita. 3. Adottare autonomamente stili di vita attivi che durino nel tempo.		
<b>CONTENUTI:</b> 1. - Primo soccorso. 2. - I corretti stili di vita. - L'alimentazione: elementi nutritivi, il fabbisogno energetico, gli alimenti, i disturbi alimentari. - Il controllo delle emozioni. - Il controllo dell'ansia: rilassamento, controllo della respirazione ed esperienze di yoga.		
<b>METODOLOGIA (crocettare ed eliminare quelle non utilizzate):</b> <input type="checkbox"/> Lezione frontale verbale; <input type="checkbox"/> Lezione frontale con strumenti multimediali; <input type="checkbox"/> Uso di video (film, documentari); <input type="checkbox"/> Lavoro di gruppo; <input type="checkbox"/> Modalità deduttiva (esercitazione dopo la spiegazione); <input type="checkbox"/> Modalità induttiva (osservazione sperimentale seguita da generalizzazioni teoriche); <input type="checkbox"/> Discussione basata sull'argomentazione e sul confronto; <input type="checkbox"/> ricerca guidata; <input type="checkbox"/> altro(specificare)		
<b>VERIFICA:</b> pratica, orale e /o scritta		
<b>DURATA ORE:</b> Liceo Scientifico Liceo Linguistico	<b>DATA INIZIO:</b>	<b>DATA FINE :</b>

