

A.S. 2024/2025 Insegnamento: Scienze Motorie e Sportive Docente: prof.ssa Giorgia Molteni Classe 4TM Ore sett. d'insegnamento: 2

CURRICOLO PER INSEGNAMENTI/ASSI DELLE UNITA' DI APPRENDIMENTO

TITOLO UDA	TIPOLOGIA	ASSI COINVOLTI / INSEGNAMENTI	COMPETENZE DI RIFERIMENTO	CONOSCENZE	COMPITI E PRODOTTI	MONTE ORE	TIPOLOGIA VALUTAZIONE
1 "Mi misuro" – pt.1	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare ☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☐ di PCTO	Sc. Motorie e Sportive	- Elaborare e porre in essere progetti riguardanti lo sviluppo delle proprie capacità psicofisiche. - Utilizzare le conoscenze e le esperienze pregresse per stabilire obiettivi significativi e realistici. - Valutare difficoltà / potenzialità interne ed esterne elaborando strategie di azione e verificando i risultati raggiunti in rapporto alle proprie aspettative.	- Riconoscerne la natura sistemica, analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause ed effetti all'interno del corpo e nella motricità.	Batteria di test Motorfit o convalidati	10	Prova pratica con valutazione decimale
2 Conoscenza e pratica di uno sport di squadra: "La pallacanestro"	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare ☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☐ di PCTO	Sc. Motorie e Sportive	- Costruire e verificare ipotesi di soluzione. - Valutare le soluzioni messe in atto e rielaborare i dati di feedback. - Riconoscerne la natura sistemica, analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause ed effetti all'interno del proprio corpo e della propria motricità.	-Conoscere i fondamentali tecnici dei giochi sportivi praticati, semplici tattiche e strategie di gioco, il regolamento e il fair play. -Conoscere la terminologia, il regolamento e la	Eseguire i fondamentali individuali e di squadra.	8	Prova pratica con valutazione decimale su aspetti tecnico-sportivi e motivazionali (impegno e partecipazione)

				tecnica dei giochi di squadra e degli sport affrontati e l'aspetto educativo e sociale dello sport. - Conoscere le regole di comportamento, di rispetto e di collaborazione.			
3 “Educazione alla salute” Ed. Civica	☐ monodisciplinare ☒ multidisciplinare ☐ di asse/i ☒ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☒ di PCTO	Assi coinvolti: -Scientifico, tecnologico e professionale -Asse dei linguaggi -Scienze Motorie e Sportive	Competenze asse Sc. Motorie e Sportive: -Saper applicare le regole dello star bene con un corretto stile di vita ed idonee prevenzioni. -Essere consapevoli dei danni alla salute di alcune sostanze nocive. -Rispettare i criteri di base per sé e per gli altri.	Assumere comportamenti finalizzati al miglioramento della salute	Sport per il benessere	5	Verifica scritta con valutazione decimale.
4 Conoscenza e pratica di uno sport di squadra: “Il calcio”	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare ☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☐ di PCTO	Sc. Motorie e Sportive	-Costruire e verificare ipotesi di soluzione. -Valutare le soluzioni messe in atto e rielaborare i dati di feedback. -Riconoscere la natura sistemica, analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause ed effetti all'interno del proprio corpo e della propria motricità.	-Conoscere i fondamentali tecnici dei giochi sportivi praticati, semplici tattiche e strategie di gioco, il regolamento e il fair play. -Conoscere la terminologia, il regolamento e la tecnica dei giochi di squadra e degli sport affrontati e l'aspetto educativo e sociale dello sport. -Conoscere le regole di comportamento, di rispetto e di collaborazione.	Eseguire i fondamentali individuali e di squadra.	10	Prova pratica con valutazione decimale su aspetti tecnico-sportivi e motivazionali (impegno e partecipazione)
	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare	Sc. Motorie e Sportive	-Costruire e verificare ipotesi di soluzione.	-Conoscere i fondamentali tecnici dei giochi sportivi praticati,	Eseguire i fondamentali	10	Prova pratica con valutazione decimale

5 Conoscenza e pratica di uno sport di squadra: "La pallamano"	☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☐ di PCTO		- Valutare le soluzioni messe in atto e rielaborare i dati di feedback. - Riconoscerne la natura sistemica, analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause ed effetti all'interno del proprio corpo e della propria motricità.	semplici tattiche e strategie di gioco, il regolamento e il fair play. -Conoscere la terminologia, il regolamento e la tecnica dei giochi di squadra e degli sport affrontati e l'aspetto educativo e sociale dello sport. -Conoscere le regole di comportamento, di rispetto e di collaborazione.	individuali e di squadra.		su aspetti tecnico-sportivi e motivazionali (impegno e partecipazione)
6 Conoscenza e pratica di uno sport individuale: "L'atletica leggera"	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare ☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☐ di PCTO	Sc. Motorie e Sportive	-Costruire e verificare ipotesi di soluzione. -Valutare le soluzioni messe in atto e rielaborare i dati di feedback. -Riconoscerne la natura sistemica, analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause ed effetti all'interno del proprio corpo e della propria motricità.	-Conoscere i fondamentali tecnici dei giochi sportivi praticati, semplici tattiche e strategie di gioco, il regolamento e il fair play. -Conoscere la terminologia, il regolamento e la tecnica dei giochi di squadra e degli sport affrontati e l'aspetto educativo e sociale dello sport. -Conoscere le regole di comportamento, di rispetto e di collaborazione.	Eseguire i fondamentali individuali.	6	Prova pratica con valutazione decimale su aspetti tecnico-sportivi e motivazionali (impegno e partecipazione)
7 Potenziamento muscolare	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare ☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento	Sc. Motorie e Sportive	-Conoscere le caratteristiche principali delle singole capacità condizionali e modalità per il loro incremento.	-Padroneggiare il proprio corpo, ampliando lo sviluppo delle capacità coordinative e condizionali -Saper realizzare in modo efficace, idoneo, fluido,	L'allenamento con sovraccarichi e a corpo libero.	8	Valutazione decimale su aspetti tecnico-sportivi e motivazionali (impegno e partecipazione)

	☐ progettuale ☐ di PCTO			corretto ed economico l'azione motoria richiesta, adeguandola alle diverse situazioni spazio-temporali -Saper utilizzare adeguatamente piccoli e grandi attrezzi in azioni motorie richiedenti impegno muscolare prolungato e ripetuto.			
8 “Mi misuro” – pt.2	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare ☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☒ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☐ di PCTO	Sc. Motorie e Sportive	- Elaborare e porre in essere progetti riguardanti lo sviluppo delle proprie capacità psicofisiche. - Utilizzare le conoscenze e le esperienze pregresse per stabilire obiettivi significativi e realistici. - Valutare difficoltà / potenzialità interne ed esterne elaborando strategie di azione e verificando i risultati raggiunti in rapporto alle proprie aspettative.	- Riconoscere la natura sistemica, analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause ed effetti all'interno del corpo e nella motricità.	Batteria di test Motorfit o convalidati	10	Prova pratica con valutazione decimale