

A.S. 2025/2026 Insegnamento: Scienze Motorie e Sportive Docente: prof.ssa Giorgia Molteni Classe 1^BL 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	- Sviluppare strategie efficaci di apprendimento.	- Riconoscere le potenzialità del proprio corpo, le posture e le funzioni fisiologiche scheletriche e muscolari.	Batteria di test Motorfit o convalidati	10	Prova pratica con valutazione decimale
2 Conoscenza e pratica di uno sport individuale: "Il badminton"	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare ☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☐ di PCTO	Sc. Motorie e Sportive	- Riconoscere e rispettare i diritti e i bisogni altrui, le opportunità comuni. - Riconoscere e rispettare limiti, regole e responsabilità - Sviluppare e consolidare la propria sensibilità (visiva, uditiva, cinestesica, ecc) attraverso le attività motorie. - Rileggere i comportamenti in situazione di gioco per migliorare	- Terminologia specifica e regolamenti. - Conoscere i principi fondamentali della sicurezza in palestra.	Eseguire i fondamentali individuali.	10	Prova pratica con valutazione decimale su aspetti tecnico-sportivi e motivazionali (impegno e partecipazione)

			la propria capacità espressiva non verbale.				
3 “Sistema scheletrico e muscolare” e “Paraformismi e Dismorfismi”	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare ☐ di asse/i ☒ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☐ di PCTO	Assi coinvolti: dei Linguaggi Scientifico, tecnologico e professionale Scienze Motorie e Sportive	Competenze asse Sc. Motorie e Sportive: Riconoscere il funzionamento dell'apparato muscolo-scheletrico Analizzare e interpretare le posture corrette e scorrette Adottare comportamenti di prevenzione Utilizzare un linguaggio tecnico specifico per descrivere strutture anatomiche, funzioni e problematiche posturali.	Terminologia specifica e funzioni dei sistemi. Tipologia di ossa, articolazioni e muscoli. Concetto di postura Principali paramorfismi e dismorfismi Prevenzione	Analizzare casi reali o immagini di paramorfismi e descriverli con linguaggio tecnico. Riconoscere posture corrette e scorrette.	6	Verifica scritta con valutazione decimale
4 Conoscenza e pratica di uno sport individuale: “La ginnastica artistica”	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare ☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☐ di PCTO	Sc. Motorie e Sportive	- Riconoscere e rispettare i diritti e i bisogni altrui, le opportunità comuni. - Riconoscere e rispettare limiti, regole e responsabilità - Sviluppare e consolidare la propria sensibilità (visiva, uditiva, cinestesica, ecc) attraverso le attività motorie.	- Percezione del proprio corpo e decodificazione sensoriale. - Conoscere i principi fondamentali della sicurezza in palestra.	Eseguire i fondamentali individuali.	10	Prova pratica con valutazione decimale su aspetti tecnico-sportivi e motivazionali (impegno e partecipazione)
5 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	- Riconoscere e rispettare i diritti e i bisogni altrui, le opportunità comuni. - Riconoscere e rispettare limiti, regole e responsabilità - Sviluppare e consolidare la propria sensibilità (visiva, uditiva, cinestesica, ecc) attraverso le attività motorie.	- Terminologia specifica e regolamenti. - Conoscere i principi fondamentali della sicurezza in palestra.	Eseguire i fondamentali individuali e di squadra.	10	Prova pratica con valutazione decimale su aspetti tecnico-sportivi e motivazionali (impegno e partecipazione)

			- Rileggere i comportamenti in situazione di gioco per migliorare la propria capacità espressiva non verbale.				
6 Conoscenza e pratica di uno sport di squadra: "L'unihockey"	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare ☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☐ di PCTO	Sc. Motorie e Sportive	- Riconoscere e rispettare i diritti e i bisogni altrui, le opportunità comuni. - Riconoscere e rispettare limiti, regole e responsabilità - Sviluppare e consolidare la propria sensibilità (visiva, uditiva, cinestesica, ecc) attraverso le attività motorie. - Rileggere i comportamenti in situazione di gioco per migliorare la propria capacità espressiva non verbale.	- Terminologia specifica e regolamenti. - Conoscere i principi fondamentali della sicurezza in palestra.	Eseguire i fondamentali individuali e di squadra.	8	Prova pratica con valutazione decimale su aspetti tecnico-sportivi e motivazionali (impegno e partecipazione)
7 Conoscenza e pratica di uno sport di squadra: "La pallavolo"	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare ☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☐ di PCTO	Sc. Motorie e Sportive	- Riconoscere e rispettare i diritti e i bisogni altrui, le opportunità comuni. - Riconoscere e rispettare limiti, regole e responsabilità - Sviluppare e consolidare la propria sensibilità (visiva, uditiva, cinestesica, ecc) attraverso le attività motorie. - Rileggere i comportamenti in situazione di gioco per migliorare la propria capacità espressiva non verbale.	- Terminologia specifica e regolamenti. - Conoscere i principi fondamentali della sicurezza in palestra.	Eseguire i fondamentali individuali e di squadra.	10	Prova pratica con valutazione decimale su aspetti tecnico-sportivi e motivazionali (impegno e partecipazione)
8 "Mi misuro" – pt.2	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare ☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☒ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☐ di PCTO	Sc. Motorie e Sportive	- Sviluppare strategie efficaci di apprendimento.	- Riconoscere le potenzialità del proprio corpo, le posture e le funzioni fisiologiche scheletriche e muscolari.	Batteria di test Motorfit o convalidati	10	Prova pratica con valutazione decimale

Vimercate, 18/11/2025

La docente, prof.ssa Giorgia Molteni

A handwritten signature in blue ink, reading "Giorgia Molteni". The signature is written in a cursive style with a large initial 'G' and a long, sweeping underline.