

ISTRUZIONE PROFESSIONALE - SERVIZI COMMERCIALI

DECLINAZIONE DEL CURRICOLO PER LA CLASSE QUINTA - INSEGNAMENTO SCIENZE MOTORIE

COMPETENZE	COMPETENZA INTERMEDIA CLASSE QUINTA	NUCLEI TEMATICI/ ARGOMENTI	CONTENUTI SPECIFICI	UDA/ tematiche multidisciplinary
<p>AREA GENERALE Competenza in uscita n° 1 : Agire in riferimento ad un sistema di valori, coerenti con i principi della Costituzione, in base ai quali essere in grado di valutare fatti e orientare i propri comportamenti personali, sociali e professionali</p> <p>AREA GENERALE Competenza in uscita n° 9 : Riconoscere i principali aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea ed esercitare in modo efficace la pratica sportiva per il benessere individuale e collettivo</p>	<p>Saper valutare fatti e orientare i propri comportamenti personali, sociali e professionali per costruire un progetto di vita orientato allo sviluppo culturale, sociale ed economico di sé e della propria comunità.</p> <p>Agire l'espressività corporea ed esercitare la pratica sportiva in modo anche responsabilmente creativo, così che i relativi propri comportamenti personali, sociali e professionali siano parte di un progetto di vita orientato allo sviluppo culturale, sociale ed economico di sé e della propria comunità.</p>	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <p>Il gioco, lo sport, le regole ed il fair play</p>	<ul style="list-style-type: none"> • teoria e pratica dello STRETCHING; • esercizi di mobilità articolare, tonificazione e destrezza eseguiti anche in forma di circuito; • esercizi per la strutturazione del riscaldamento generale e specifico • esercizi di potenziamento generale a carico naturale • esercizi effettuati con una resistenza elastica: gymstick e loop band • TEST MOTORI CAPACITA' CONDIZIONALI: Strength test, back med ball test, flexibility test, change of direction test, countermovement jump test, short interval test, tapping test, assesment core stability • TEST MOTORI CAPACITA' COORDINATIVE: equilibrio e coordinazione oculo manuale • PALLAVOLO: teoria sui fondamentali individuali e di squadra 	<p>Educazione civica</p>

		Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	<ul style="list-style-type: none"> • PALLACANESTRO: teoria sui fondamentali individuali e di squadra • Regolamento dei giochi sportivi collettivi svolti • Lo sport come fenomeno di massa, lo sport come strumento di propaganda, lo sport come strumento di marketing territoriale per il turismo. • Benessere, sport e salute • Alimentazione 	Dalla comunicazione di massa ai social media Educazione civica
LIBRO DI TESTO ADOTTATO: PIU' MOVIMENTO Editore Marietti Scuola				

METODOLOGIE	AMBIENTI DI APPRENDIMENTO
Lezione frontale e partecipata Cooperative learning Ricerca-azione Problem solving	Aula scolastica Palestra

STRUMENTI	VERIFICHE
Computer o tablet Libri di testo Risorse online Piattaforme per la didattica digitale	Verifiche formative orali Prove strutturate Prove multidisciplinari