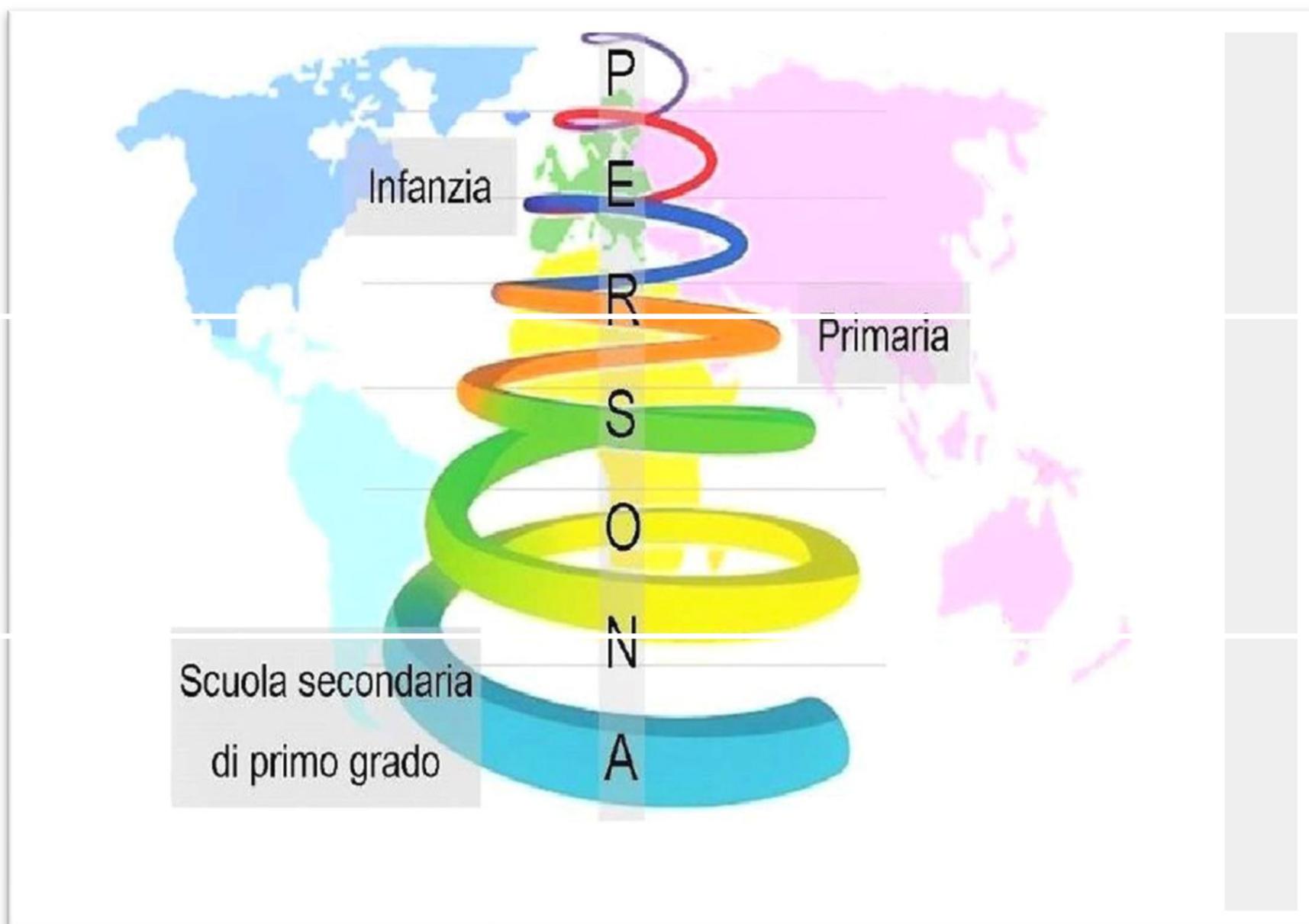


CURRICOLO VERTICALE  
ISTITUTO COMPRENSIVO ANOIA – GIFFONE – “F. DELLA SCALA”  
CINQUEFRONDI

A. S. 2024/2025



**SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO

## CLASSE I

### CONTENUTI

### OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

<p>- Raccolta dati relativi a prove attitudinali inerenti alle varie capacità motorie con particolare riferimento alla coordinazione generale e segmentaria.</p>	<p>- Scoprire le proprie attitudini.</p>
<p>- Giochi individuali e di squadra propedeutici alle discipline sportive tradizionali.</p>	<p>Rispettare le regole, accettare la sconfitta, collaborare con i compagni.</p>
<p>- La salute e il benessere.</p>	<p>- Assumere comportamenti adeguati alla prevenzione degli infortuni e sicurezza nei vari ambienti di vita. - Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica, riconoscendone i benefici.</p>
<p>- Esercitazioni con l'utilizzo di piccoli attrezzi (cerchi, palle, clavette ecc.) che prevedono la ricerca di soluzioni motorie in relazione alle situazioni proposte. - Realizzazione di un quaderno-diario contenente i contenuti delle lezioni.</p>	<p>- Controllare i movimenti nel rispetto dello spazio e del tempo, modulare la forza e la velocità di esecuzione. - Disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi, salvaguardando la propria sicurezza e quella degli altri. - Conoscere il linguaggio specifico.</p>

## CLASSE II

### CONTENUTI

### OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- Raccolta dati relativi a prove attitudinali inerenti alle varie capacità motorie con particolare riferimento alla coordinazione generale e segmentaria.	- Osservare le variazioni dei dati al fine di riflettere sulle modificazioni morfologiche e funzionali che avvengono in età evolutiva.
- Giochi individuali e di squadra propedeutici alle discipline sportive tradizionali.	- Rispettare le regole, accettare la sconfitta, collaborare con i compagni. - Avviarsi alla pratica sportiva.
- Pratica di alcune discipline sportive (pallavolo, pallacanestro, atletica) talvolta con regole semplificate e adattate.	- Avviarsi alla pratica sportiva.
- Esercizi di coordinazione generale e segmentaria in forma individuale e di gruppo.	- Controllare la postura e padroneggiare i movimenti nel rispetto delle variabili spazio-temporali.
- Realizzazione di un quaderno-diario contenente i contenuti delle lezioni.	- Conoscere il linguaggio specifico.
- La salute e il benessere.	- Adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni.

## CLASSE III

### CONTENUTI

### OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- Prove attitudinali relative alle varie capacità motorie (coordinazione generale e segmentaria, forza, velocità, resistenza).	- Osservare i dati raccolti e riflettere sulle modificazioni rilevate nel corso del triennio.
- Pratica sportiva: pallavolo, pallacanestro, pallamano, atletica leggera: tecnica individuale e semplici tattiche di squadra.	- Essere leali, rispettare le regole. - Conoscere i regolamenti tecnici. - Svolgere compiti di giuria e arbitraggio.
- Studio di alcuni aspetti dello sport moderno.	- Saper apprezzare gli aspetti positivi dello sport e riconoscere quelli negativi. - Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi all'assunzione di sostanze illecite che inducono dipendenza.
- Lezioni teoriche di approfondimento inerenti alle attività praticate nel triennio.	- Conoscere i benefici indotti da una pratica sportiva equilibrata.
- La salute e il benessere.	- Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica, riconoscendole i benefici.
	- Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti.

## **TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE**

### **SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO**

L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti. Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione. Utilizza gli aspetti comunicativo- relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (fair – play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole. Riconosce, ricerca e applica a sé stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione. Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri. È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.

**CINQUEFRONDI, 22/03/2025**

**I DOCENTI**

- PROF. GIUSEPPE CIRILLO

- PROF.SSA FABRIZIA LAVILLA