

# LICEO STATALE " ARCHIMEDE "

SCIENTIFICO - LINGUISTICO - SCIENZE APPLICATE - LICEO SPORTIVO

DIPARTIMENTO DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

## COMPETENZE PER AMBITI DISCIPLINARI

### SCIENZE MOTORIE

- Il movimento: avere consapevolezza delle proprie attitudini nell'attività motoria e sportiva. Padroneggiare le differenze ritmiche e realizzare personalizzazioni efficaci. Mettere in atto comportamenti responsabili e di tutela del bene comune come stile di vita. Trasferire e applicare autonomamente metodi di allenamento con autovalutazione ed elaborazione dei risultati testati anche con la strumentazione tecnologica e multimediale;
- I linguaggi del corpo: padroneggiare gli aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea nell'ambito di progetti e percorsi anche interdisciplinari. Individuare fra le diverse tecniche espressive quella più congeniale alla propria modalità espressiva. Ideare e realizzare sequenze ritmiche espressive complesse individuali, a coppie, in gruppo, in modo fluido e personale.
- Il gioco e lo sport: trasferire autonomamente tecniche sportive proponendo varianti. Trasferire e realizzare autonomamente strategie e tattiche nelle attività sportive. Svolgere ruoli di direzione e organizzazione di eventi sportivi. Interpretare con senso critico i fenomeni di massa legati al mondo sportivo (tifo, doping, professionismo, scommesse...).
- Salute e benessere: prevenire autonomamente gli infortuni e saper applicare i protocolli di primo soccorso. Scegliere autonomamente di adottare corretti stili di vita. Adottare autonomamente stili di vita attivi che durino nel tempo: long life learning.

## Descrittori degli esiti di apprendimento previsti dal CURRICOLO DEL PRIMO BIENNIO

### SCIENZE MOTORIE

CONOSCENZE	ABILITÀ	COMPETENZE	LIVELLI EQF: 2
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere le potenzialità del movimento del corpo, le posture corrette e le funzioni fisiologiche. Riconoscere il ritmo delle azioni.</li> <li>- conoscere i principi scientifici fondamentali che sottendono alla prestazione motoria e sportiva</li> <li>- conoscere la differenza tra il movimento funzionale e quello espressivo. Conoscere possibili interazioni tra i linguaggi espressivi in altri ambiti (letterario, artistico).</li> <li>- conoscere gli aspetti essenziali della terminologia, regolamento e tecnica di almeno uno sport di squadra ed uno individuale. Cenni sull'evoluzione dei giochi e riferimenti a quelli della tradizione locale. Conoscere gli aspetti educativi e sociali degli sport.</li> <li>- conoscere i principi fondamentali di prevenzione e attuazione della sicurezza personale in palestra, a scuola e negli spazi aperti. Conoscere elementi fondamentali di primo soccorso.</li> <li>- conoscere diverse attività motorie e sportive in ambiente naturale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaborare risposte motorie personali ed efficaci in situazioni semplici. Assumere posture corrette a carico naturale. Cogliere le differenze ritmiche nell'azione motoria</li> <li>- capacità di una risposta motoria efficace ed economica</li> <li>- realizzare sequenze di movimento in situazioni mimiche, danzate e di espressione corporea. Riconoscere gli aspetti non verbali della comunicazione.</li> <li>- saper trasferire tecniche, strategie, regole adattandole alle proprie capacità. Cooperare in gruppo utilizzando e valorizzando le propensioni e le attitudini individuali.</li> <li>- Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza in palestra, a scuola e negli spazi aperti.</li> <li>- sapersi esprimere ed orientare in attività ludiche – sportive in ambiente naturale, nel rispetto del comune patrimonio territoriale.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Padronanza del proprio corpo e percezione sensoriale</li> <li>- Coordinazione schemi motori, equilibrio, orientamento</li> <li>- Espressività corporea</li> <li>- Gioco, gioco-sport e sport (aspetti relazionali e cognitivi)</li> <li>- Sicurezza, prevenzione, primo soccorso e salute</li> <li>- Attività in ambiente naturale</li> </ul>	<p><b>Livello 2</b></p> <p>I risultati dell'apprendimento relativi al livello 2 sono:</p> <p>Conoscenza pratica di base in un ambito di lavoro o di studio</p> <p>Abilità cognitive e pratiche di base necessarie all'uso di informazioni pertinenti per svolgere compiti e risolvere problemi ricorrenti usando strumenti e regole semplici</p> <p>Lavoro o studio sotto la supervisione con un certo grado di autonomia</p>

## Descrittori degli esiti di apprendimento previsti dal CURRICOLO DEL SECONDO BIENNIO

### SCIENZE MOTORIE

CONOSCENZE	ABILITÀ	COMPETENZE	LIVELLI EQF 3
<p>Conoscere le potenzialità del movimento del corpo, le posture corrette e le funzioni fisiologiche. Riconoscere il ritmo delle azioni. Saper riconoscere i principi scientifici fondamentali che sottendono alla prestazione motoria e sportiva riconoscere la differenza tra il movimento funzionale e quello espressivo. Adottare possibili interazioni tra i linguaggi espressivi in altri ambiti (letterario, artistico). saper riconoscere gli aspetti essenziali della terminologia, regolamento e tecnica di almeno due sport di squadra ed uno individuale. Cenni sull'evoluzione dei giochi e riferimenti a quelli della tradizione locale. Conoscere gli aspetti educativi e sociali degli sport. conoscere sufficientemente le linee guida dei fondamentali di prevenzione e attuazione della sicurezza personale in palestra, a scuola e negli spazi aperti. Conoscere elementi di primo soccorso e cenni di traumatologia.</p> <p>conoscere diverse attività motorie e sportive in ambiente naturale</p>	<p>Elaborare risposte motorie personali ed efficaci in situazioni mediamente complesse. Mantenere posture corrette a carico naturale ed aggiuntivo. Riconoscere le differenze ritmiche nell'azione motoria. Capacità di una risposta motoria efficace ed economica. Realizzare sequenze di m saper trasferire tecniche, strategie, regole adattandole alle proprie capacità. Cooperare in gruppo utilizzando e valorizzando le propensioni e le attitudini individuali movimento in situazioni mimiche, danzate e di espressione corporea. Riconoscere gli aspetti non verbali della comunicazione assumere comportamenti funzionali alla sicurezza in palestra, a scuola e negli spazi aperti. Sapersi esprimere ed orientare in attività ludiche – sportive in ambiente naturale, nel rispetto del comune patrimonio territoriale</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Padronanza del proprio corpo e percezione sensoriale</li> <li>- Coordinazione schemi motori, equilibrio, orientamento</li> <li>- Espressività corporea</li> <li>- Gioco, gioco-sport e sport (aspetti relazionali e cognitivi)</li> <li>- Sicurezza, prevenzione, primo soccorso e salute</li> <li>- Attività in ambiente naturale</li> </ul>	<p>I risultati dell'apprendimento relativi al livello 3 sono:</p> <p>Conoscenza pratica e teorica in diversi contesti in un ambito di lavoro o di studio</p> <p>Una gamma di abilità cognitive e pratiche necessarie a risolvere problemi specifici in un campo di lavoro o di studio</p> <p>Sapersi orientare nel quadro di istruzioni in un contesto di lavoro o di studio, di solito prevedibile o soggetto a cambiamenti.</p> <p>Assumendo una certa autonomia per la valutazione e il miglioramento di attività lavorative o di studio</p>

## Descrittori degli esiti di apprendimento previsti dal CURRICOLO DEL QUINTO ANNO

### SCIENZE MOTORIE

CONOSCENZE	ABILITÀ	COMPETENZE	LIVELLI EQF: 4
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere le potenzialità del movimento del proprio corpo, le posture corrette e le funzioni fisiologiche.</li> <li>- Conoscere i principi scientifici fondamentali che sottendono la prestazione motoria e sportiva, la teoria e la metodologia dell'allenamento sportivo.</li> <li>- Saper distinguere con immediatezza la differenza tra il movimento funzionale e quello espressivo.</li> <li>- Adottare possibili interazioni tra i linguaggi espressivi in altri ambiti (letterario, artistico).</li> <li>- Saper utilizzare la nomenclatura e la terminologia specifica della disciplina, il regolamento e tecnica di almeno due sport di squadra e due individuali. Cenni sull'evoluzione dei giochi e riferimenti a quelli della tradizione locale.</li> <li>- Conoscere gli aspetti educativi e sociali degli sport.</li> <li>- Conoscere più nel dettaglio le linee guida dei fondamentali di prevenzione e attuazione della sicurezza personale in palestra, a scuola e negli spazi aperti.</li> <li>- Conoscere elementi di primo soccorso e concetti base di traumatologia.</li> </ul> <p>Conoscere diverse attività motorie e sportive in ambiente naturale.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere la struttura e le regole degli sport affrontati e il loro aspetto educativo e sociale.</li> <li>- Conoscere le norme in caso di infortunio.</li> <li>- Conoscere i principi per un corretto stile di vita.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaborare risposte motorie efficaci e personali in situazioni complesse. Assumere posture corrette in presenza di carichi. Riconoscere le differenze ritmiche nell'azione motoria.</li> <li>- Essere consapevoli di una risposta motoria efficace ed economica.</li> <li>- Realizzare sequenze di movimento in situazioni mimiche, danzate e di espressione corporea. Conoscere bene gli aspetti non verbali della comunicazione.</li> <li>- Trasferire tecniche, strategie e regole adattandole alle capacità, esigenze, spazi e tempi di cui si dispone.</li> <li>- Cooperare in gruppo utilizzando e valorizzando le propensioni e le attitudini individuali.</li> <li>- Assumere comportamenti corretti e funzionali alla sicurezza in palestra, a scuola e negli spazi aperti.</li> <li>- Sapersi esprimere ed orientare in attività ludiche – sportive in ambiente naturale, nel rispetto del comune patrimonio territoriale.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Padroneggiare il proprio corpo e percezione sensoriale</li> <li>- Coordinare schemi motori, equilibrio, orientamento</li> <li>- Espressività corporea</li> <li>- Gioco, gioco-sport e sport (aspetti relazionali e cognitivi)</li> <li>- Sicurezza, prevenzione, primo soccorso e salute</li> <li>- Attività in ambiente naturale</li> </ul>	<p><b>Livello 4</b> I risultati dell'apprendimento relativi al livello 4 sono: Conoscenza pratica e teorica in ampi contesti in un ambito di lavoro o di studio Una gamma di abilità cognitive e pratiche necessarie a risolvere problemi specifici in un campo di lavoro o di studio Sapersi gestire autonomamente, nel quadro di istruzioni in un contesto di lavoro o di studio, di solito prevedibili, ma soggetti a cambiamenti. Sorvegliare il lavoro di routine di altri, assumendo una certa responsabilità per la valutazione e il miglioramento di attività lavorative o di studio</p>

## Competenze interdisciplinari di Scienze Motorie

### 1° Anno

Acquisire gli strumenti che permettono di distinguere tra informazioni vere e false (informazioni riguardanti temi fondamentali come salute e benessere).

### 2° Anno

Utilizzare le conoscenze che collegate e messe in relazione fra loro permettano di assumere comportamenti corretti e responsabili.

### 3° Anno

Acquisire le nozioni finalizzate alla costruzione di un bagaglio di conoscenze per mezzo del quale riuscire ad individuare e creare relazioni e collegamenti.

### 4° Anno

Saper decodificare e rielaborare rapidamente le informazioni e i gesti specifici, interpretando criticamente i contenuti delle diverse forme di comunicazione.

### 5° Anno

Individuare le strategie appropriate per la soluzione di problemi motori complessi.