



Istituto di Istruzione Secondaria Superiore

"J. M. Keynes"

Via Bondanello, 30 - 40013 CASTEL MAGGIORE (BO)

C.F. 92001280376 - Tel. 0514177611 - Fax 051712435

e-mail: segreteria@keynes.scuole.bo.it - web: <http://keynes.scuole.bo.it>



CURRICOLO DISCIPLINE SPORTIVE

LICEO SCIENTIFICO SPORTIVO

BIENNIO

Obiettivi disciplinari

Nel primo biennio gli studenti integrano le conoscenze di base della biologia dell'azione motoria, della meccanica applicata al movimento umano, dei processi mentali e dei meccanismi di produzione, controllo del movimento e del gesto sportivo. Acquisiscono gli strumenti di analisi dei fattori della prestazione e dei criteri della misurazione e valutazione sportiva. Affinano le condotte motorie e padroneggiano i fondamentali tecnici degli sport di base. Acquisiscono i principi fondamentali di igiene degli sport, della fisiologia dell'esercizio fisico e sportivo, e della prevenzione dei danni derivanti nella pratica agonistica nei diversi ambienti di competizione. Acquisiscono le norme, organizzative e tecniche, che regolamentano le principali e più diffuse pratiche sportive e delle discipline dello sport per disabili; ha acquisito i fondamenti delle teorie di allenamento tecnico-pratico e di strategia competitiva nei diversi sport praticati nel ciclo scolastico. Acquisiscono la padronanza motoria e le abilità specifiche delle discipline sportive praticate, e sa mettere in atto le adeguate strategie correttive degli errori di esecuzione. Conoscono i substrati teorici e metodologici che sottendono alle diverse classificazioni degli sport e ne utilizza le ricadute applicative.

Sono infine in grado di svolgere compiti di giuria, arbitraggio ed organizzazione di tornei, gare e competizioni scolastiche, in diversi contesti ambientali.

Obiettivi specifici disciplinari

NUCLEI FONDANTI	CONOSCENZE	ABILITA'	COMPETENZE
MOVIMENTO	<p>Conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità: posture, funzioni fisiologiche, capacità motorie (coordinative e condizionali).</p> <p>Conoscere il ritmo nelle/delle azioni motorie e sportive.</p> <p>Conoscere le funzioni fisiologiche in relazione al movimento.</p>	<p>Percepire e riprodurre ritmi interni ed esterni attraverso il movimento.</p> <p>Avere capacità coordinative e condizionali affinate e consolidate (resistenza, forza, velocità, mobilità articolare, equilibrio, coordinazione, destrezza).</p>	<p>Realizzare schemi motori funzionali alle attività motorie e sportive utilizzando le capacità coordinative e condizionali.</p> <p>Elaborare risposte motorie efficaci riconoscendo le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica sportiva.</p>
LINGUAGGIO DEL CORPO	<p>Conoscere le modalità di utilizzo dei diversi linguaggi non verbali.</p>	<p>Rappresentare idee, stati d'animo e sequenze con creatività e con tecniche espressive.</p>	<p>Saper svolgere attività espressive e utilizzare consapevolmente e correttamente il proprio corpo nella relazione con gli altri.</p>
GIOCO SPORT	<p>Conoscere le abilità tecniche dei giochi degli sport individuali, di squadra e degli sport inclusivi.</p> <p>Conoscere la terminologia, il regolamento tecnico, il far play anche in funzione dell'arbitraggio.</p>	<p>Saper affrontare autonomamente situazioni di gioco.</p> <p>Saper rivestire diversi ruoli di giocatore, arbitro e organizzatore delle attività sportive scolastiche.</p> <p>Saper rispettare le regole sportive e gli avversari anche in situazione agonistica (fair-play).</p>	<p>Saper eseguire i gesti tecnici di ciascuna disciplina sportiva proposta e saperli applicare dinamicamente nella pratica della disciplina.</p> <p>Adattare le abilità tecniche alle situazioni richieste dai giochi e dagli sport in forma personale.</p>

<p style="text-align: center;">SALUTE E BENESSERE</p>	<p>Conoscere i principi fondamentali per la sicurezza.</p>	<p>Assumere comportamenti in sicurezza per prevenire gli infortuni.</p> <p>Saper praticare l'attività motoria in ambiente naturale.</p>	<p>Consapevolezza e pratica di sani stili di vita.</p> <p>Consapevolezza del valore sociale del movimento e dello sport.</p> <p>Utilizzare le competenze motorie e sportive apprese, le competenze di cittadinanza e il rispetto della legalità a scuola, nella pratica sportiva e nella vita quotidiana.</p>
---	--	---	---

Metodologie condivise

L'insegnamento si svolgerà prevalentemente attraverso attività di gruppo, più raramente attraverso lezioni frontali, e utilizzerà processi di insegnamento/apprendimento che si basano su metodologie attive e partecipative, tramite risoluzione di problemi e metodo cooperativo.

Criteri di valutazione

Le valutazioni si baseranno sui seguenti criteri:

- Partecipazione attiva alle lezioni pratiche
- Progressione nell'apprendimento
- Esito delle prove teoriche, scritte e/o pratiche
- Impegno e rispetto delle regole e delle persone
- Livello medio della classe

Obiettivi minimi

Essere in grado di camminare e correre nelle diverse direzioni e a diverse velocità

Essere in grado di muoversi correttamente in uno spazio di gioco rispettando lo spazio degli altri

Essere in grado di eseguire semplici andature

Essere in grado di eseguire semplici esercizi preatletici

Essere in grado di eseguire semplici esercizi a corpo libero

Essere in grado di eseguire semplici esercizi con piccoli e grandi attrezzi

Essere in grado di eseguire i fondamentali di base delle attività sportive praticate

Essere in grado di muoversi rispettando un ritmo semplice

Essere in grado di conoscere e rispettare le principali regole e i regolamenti delle discipline praticate.

Essere in grado di rispettare i principi basilari di sicurezza nei diversi ambienti di lavoro

Essere in grado di rispettare tutte le persone e i luoghi della scuola.

Essere in grado di memorizzare e riconoscere i test motori.

Essere in grado di memorizzare i parametri e i contenuti dell'allenamento.

Essere in grado di riconoscere i fattori della prestazione.

CURRICULUM LICEO SPORTIVO KEYNES
DISCIPLINE SPORTIVE

CLASSE	PARTE PRATICA	PARTE TEORICA
1	<p style="text-align: center;">Sport individuali</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Atletica leggera: resistenza, salto in alto, salto in lungo, staffetta ● Goback: colpi dritto, tecnica di battuta. Partite ● Badminton: colpi sottomano, sopramano, smash. Partite in singolo. ● Orienteering: Esercitazioni in palestra e all'aperto per apprendere la lettura della mappa, gare con percorsi. <p style="text-align: center;">Sport di squadra</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Pallamano: fondamentali individuali, costruzione di gioco e regolamento ● Pallavolo: fondamentali individuali (palleggio, bagher, servizio) ● Pallacanestro: fondamentali individuali e di squadra, costruzione del gioco e regolamento (attività svolta in collaborazione con Scienze Motorie) <p>Rugby /Ultimate Frisbee /sitting volley: Modulo con esperto esterno a scuola o presso struttura esterna</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Accoglienza e regole: regolamento d'istituto e regolamento utilizzo impianti e attrezzature ● Il linguaggio dello sport, la fisiologia, la biomeccanica ● La classificazione degli sport ● Monitorizzazioni e analisi: i test (in collaborazione con scienze motorie). ● Ambiente e movimento: Muoversi e allenarsi in quota, adattamenti organici. ● I parametri dell'allenamento e i contenuti dell'allenamento. ● Orienteering: regole , lettura della mappa, tattiche di gara.

CLASSE	PARTE PRATICA	PARTE TEORICA
2	<p style="text-align: center;">Sport individuali</p> <p>· Atletica leggera: resistenza, salto in lungo, salto in alto, esercizi di base degli ostacoli, partenza dai blocchi e velocità ·</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Badminton: colpi sottomano, sopramano, smash. Partite in singolo. ● Orienteering: in palestra e all'aperto (modulo con eventuale esperto esterno) ● Ginnastica artistica - preacrobatica: capovolte, elementi passanti dalla verticale, rovesciamenti e ribaltamenti <p style="text-align: center;">Sport di squadra</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Pallacanestro: fondamentali individuali e di squadra, costruzione del gioco e regolamento (attività svolta in collaborazione con Scienze Motorie) ● Pallavolo: fondamentali individuali (palleggio, bagher, servizio, attacco e muro) e di squadra (ricezione e difesa). ● Ultimate frisbee: vari tipi di lanci, costruzione di gioco e regolamento · <p>Tennis / rugby / unihockey/ sitting volley/ arrampicata sportiva : Modulo con esperto esterno a scuola o presso struttura esterna</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● La prestazione e le sue variabili: i fattori della prestazione, il lavoro muscolare (la struttura del muscolo scheletrico). ● Allenamento e cuore: il cuore dell'atleta, ipertrofia ventricolare eccentrica e concentrica. (programma svolto in collaborazione con Scienze Motorie) ● L'attività fisica come prevenzione: sindrome ipocinetica e metabolica. Il tabagismo e i suoi danni, il doping. ● Ambiente e movimento: Le percezioni sott'acqua, le leggi della fisica in acqua, pressione attività subacquea. ● Metabolismo energetico ● Atletica : metodologie di allenamento, tattiche di gara.

DESCRITTORI E DIVERSI LIVELLI DI APPRENDIMENTO: GRIGLIA DI VAUTAZIONE.

VOTO 1 – 3

Non partecipa alle lezioni pratiche e non si impegna in nessuna attività. Non esprime conoscenze e competenze.

VOTO 4 – 5

Ha una partecipazione discontinua, mostra scarso interesse ed impegno.

Ha difficoltà ad eseguire movimenti semplici anche se guidato, non conosce le regole delle discipline né la terminologia specifica.

VOTO 6

Ha una partecipazione e un impegno sufficienti. Sa eseguire movimenti semplici nelle varie discipline necessitando a volte della guida dell'insegnante. Ha una modesta conoscenza delle principali regole sportive e della terminologia specifica.

VOTO 7

Ha una partecipazione e un impegno discreti. Sa eseguire correttamente movimenti semplici; conosce le principali regole delle discipline sportive e la terminologia specifica di base.

VOTO 8

Partecipa con impegno e costanza dimostrando spirito di collaborazione e fair play.

Sa eseguire movimenti semplici e complessi e sa applicarli in contesti dinamici con la guida dell'insegnante. Conosce e rispetta le regole delle discipline sportive ed ha una buona conoscenza della terminologia specifica.

VOTO 9 – 10

Partecipa in modo attivo, propositivo e costante. Mostra ottimo spirito di collaborazione e fair play. Sa utilizzare autonomamente movimenti complessi in situazioni dinamiche, utilizza correttamente una terminologia specifica, conosce e rispetta le regole delle discipline sportive.

Modalità di comunicazioni trasparenti in merito alla valutazione del percorso scolastico

Le valutazioni saranno comunicate tramite Registro Elettronico.

Proposta di criteri di non ammissione alla classe successiva o all'Esame di stato

Si veda quanto previsto dal PTOF