

## Progettazione didattica per competenze: SCIENZE MOTORIE

Classi: 3 ENO - PASTICCERIA

Dipartimento Scienze motorie

Titolo modulo	Pre - requisiti	Conoscenze	Abilità	Competenze area generale	Competenze area professionale	Livello QNQ
TEST INGRESSO	Coordinazione generale e capacità condizionali	Conoscere il "motore" umano e le sue qualità fisiche e neuromuscolari	Camminare, correre, saltare, ricevere, lanciare, combinare movimenti, etc	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	Acquisire consapevolezza della propria corporeità e delle sue potenzialità	2
LE CAPACITÀ MOTORIE U.D. 1 Le capacità condizionali U.D. 2 Le capacità coordinative	Capacità coordinative e condizionali acquisite nel primo biennio ( in funzione del proprio sviluppo biologico e morfologico )	Conoscere il "motore" umano e le sue qualità fisiche e neuromuscolari	Consapevolezza della propria corporeità e delle sue potenzialità Strutturazione dello schema corporeo e motorio	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	Acquisire consapevolezza della propria corporeità e delle sue potenzialità Saper utilizzare il proprio schema corporeo e motorio attraverso il consolidamento e il miglioramento delle capacità motorie e delle abilità motorie	2
GLI SPORT DI SQUADRA U.D. 1 La pallavolo U.D. 2	Capacità coordinative generali e specifiche	Conoscere le regole sportive e i fondamentali dei giochi di squadra	Definizione delle capacità tecniche fini per la pratica delle discipline	Saper lavorare in gruppo, rispettando le diversità	Saper rispettare le regole	2

La pallacanestro U.D. 3 La pallamano						
I GIOCHI CON LA RACCHETTA  U.D. 1  Il badminton  U.D. 2  Il tennis tavolo	Capacità coordinative	Conoscere le regole sportive	Capacità oculo- manuale fine e condizionale specifica	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	Saper rispettare le regole	2
GLI SPORT INDIVIDUALI  U.D. 1  L'atletica leggera	Capacità coordinative e condizionali	Conoscere le specialità dell'atletica leggera	Consolidamento delle capacità tecniche e condizionali per svolgere la disciplina specifica	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	Essere in grado di praticare almeno due discipline dell'atletica leggera	2
L'EDUCAZIONE ALLA SALUTE E ALLA SICUREZZA	Acquisizione di lessico specifico	Conoscere il corpo umano e i corretti modi di agire per mantenere la buona salute fisica e psichica	Padronanza di lessico specifico	Rispettare le norme sulla sicurezza, assumere un comportamento adeguato alle conoscenze acquisite	Acquisire consapevolezza dell'importanza della pratica motoria e di corretti modi di agire per il mantenimento della buona salute fisica e psichica	2
ATTIVITÀ LOGICA	Orientamento spazio temporale	Conoscere i giochi con la scacchiera.	Orientamento spazio temporale	Favorire la socializzazione e l'incontro tra alunni di diversa età e genere  Sviluppare le capacità logiche e matematiche, di	Pervenire alla conoscenza delle regole del gioco.	2

				intuizione e revisione, di progettazione, di concentrazione, di memoria		
--	--	--	--	--	--	--