DISCIPLINA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE - CLASSE PRIMA - SCUOLA SECONDARIA I GRADO		
Obiettivi di apprendimento	**Contenuti**	**Attività, Strumenti e Metodologie**
1. IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	<u>Contenuto pratico/abilità</u> ➤ Consolidamento degli schemi motori di base (correre, saltare, rotolare ecc.) ➤ Potenziamento fisiologico delle capacità condizionali (forza, resistenza, velocità, mobilità) ➤ Attività motoria in ambiente naturale <u>Contenuto teorico/ conoscenze</u> *Le basi dell'Educazione fisica:* ➤ la palestra e i suoi attrezzi *Le parole dell'Educazione fisica:* ➤ le parti del corpo, le posizioni e i movimenti fondamentali	***Attività*** Progetto Accoglienza Progetto Verso una scuola amica (UNICEF-MIUR) Concorsi Uscite didattiche Progetti PON Progetto Amico Libro Laboratorio informatico Sportello d'ascolto Attivazione Centro Sportivo Scolastico Progetti proposti dall'USR Marche-Coord. E.Fisica Progetto PE4MOVE ***Strumenti*** Valorizzazione delle potenzialità e delle specificità del singolo Adozione misure compensative o dispensative Programmazione di interventi educativi volti alla rimozione del disagio e all'integrazione Impostazione di attività didattiche con procedure laboratoriali Uso delle nuove tecnologie Lezione frontale partecipata Lezione dialogata - discussione Lavoro di gruppo - lavoro a coppie Metodologia dell'esperienza Esercitazioni pratiche Metodo globale completato da necessari interventi analitici ***Metodologie*** Testi didattici di supporto Sussidi audiovisivi Sussidi informatici e multimediali Materiale didattico su Registro elettronico e piattaforma Google Classroom Materiali strutturati: schede, schemi e mappe Risorse umane: esperti Supporti vari: lavagna, cartelloni, poster. Palestra e relativi attrezzi
2. IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA	<u>Contenuto teorico/pratico</u> ➤ Il linguaggio del movimento e le sue forme	
3. IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	<u>Contenuto pratico/abilità</u> ➤ Avviamento alla pratica sportiva (sport individuali e di squadra) ➤ Atletica leggera <u>Contenuto teorico/ conoscenze</u> ➤ La storia, il gioco e il regolamento in sintesi degli sport trattati ➤ Sportività e Fair Play	
4. SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	<u>Contenuto teorico/pratico</u> *La salute e il benessere:* ➤ l'igiene posturale ➤ l'igiene personale ➤ diventare grandi: gli anni della crescita *Muoversi in sicurezza:* ➤ regole di prevenzione e attuazione della sicurezza personale a scuola, in casa, in ambienti esterni ➤ la sicurezza in bicicletta	

DISCIPLINA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE - CLASSE SECONDA - SCUOLA SECONDARIA I GRADO		
Obiettivi di apprendimento	**Contenuti**	**Attività, Strumenti e Metodologie**
1. IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	<u>Contenuto pratico/abilità</u> Capacità coordinative generali e speciali: ➢ movimenti combinati, reattivi, adattati ➢ informazioni sensoriali ➢ orientamento spaziale ➢ ritmo ed equilibrio Capacità condizionali: forza, resistenza, velocità, mobilità Attività motoria in ambiente naturale <u>Contenuto teorico/ conoscenze</u> Le tappe dello sviluppo motorio	***Attività*** Progetto Accoglienza Progetto Verso una scuola amica (UNICEF-MIUR) Concorsi Uscite didattiche Progetti PON Progetto Amico Libro Laboratorio informatico Sportello d'ascolto Attivazione Centro Sportivo Scolastico Progetti proposti dall'USR Marche-Coord. E.Fisica Progetto PE4MOVE ***Strumenti*** Valorizzazione delle potenzialità e delle specificità del singolo Adozione misure compensative o dispensative Programmazione di interventi educativi volti alla rimozione del disagio e all'integrazione Impostazione di attività didattiche con procedure laboratoriali Uso delle nuove tecnologie Lezione frontale partecipata Lezione dialogata - discussione Lavoro di gruppo - lavoro a coppie Metodologia dell'esperienza Esercitazioni pratiche Metodo globale completato da necessari interventi analitici ***Metodologie*** Testi didattici di supporto Sussidi audiovisivi Sussidi informatici e multimediali Materiale didattico su Registro elettronico e piattaforma Google Classroom Materiali strutturati: schede, schemi e mappe Risorse umane: esperti Supporti vari: lavagna, cartelloni, poster. Palestra e relativi attrezzi
2. IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA	<u>Contenuto teorico/pratico</u> ➢ L'espressione corporea e le sue forme di comunicazione	
3. IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	<u>Contenuto pratico/abilità</u> Sport individuali e di squadra Atletica leggera <u>Contenuto teorico/ conoscenze</u> ➢La storia, il gioco e il regolamento in sintesi degli sport trattati ➢Storia dello sport	
4. SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	<u>Contenuto teorico/pratico</u> La salute e il benessere: ➢ l'alimentazione ➢ il corpo umano (apparato locomotore, i sistemi respiratorio, circolatorio e nervoso) ➢gli anni della crescita ➢sane abitudini Muoversi in sicurezza: ➢ sicurezza stradale: regole del codice stradale	

<table>
<tr><th colspan="3">DISCIPLINA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE - CLASSE TERZA - SCUOLA SECONDARIA I GRADO</th></tr>
<tr><th>Obiettivi di apprendimento</th><th>Contenuti</th><th>Attività, Strumenti e Metodologie</th></tr>
<tr><td>1. IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</td><td><u>Contenuto pratico/abilità</u>
Capacità condizionali (Esercitazioni pratiche di potenziamento per ogni singola capacità):
➤ forza
➤ resistenza
➤ velocità
➤ mobilità
Attività motoria in ambiente naturale
<u>Contenuto teorico/ conoscenze</u>
➤ Rapporto tral’attività fisica e i cambiamenti fisici e psicologici tipici dell’adolescenza
➤ Principi guida dell’allenamento sportivo</td><td rowspan="4">Attività
Progetto Accoglienza
Progetto Verso una scuola amica (UNICEF-MIUR)
Concorsi
Uscite didattiche
Progetti PON
Progetto Amico Libro
Laboratorio informatico
Sportello d’ascolto
Attivazione Centro Sportivo Scolastico
Progetti proposti dall’USR Marche-Coord. E.Fisica
Progetto PE4MOVE

Strumenti
Valorizzazione delle potenzialità e delle specificità del singolo
Adozione misure compensative o dispensative
Programmazione di interventi educativi volti alla rimozione del disagio e all’integrazione
Impostazione di attività didattiche con procedure laboratoriali
Uso delle nuove tecnologie
Lezione frontale partecipata
Lezione dialogata - discussione
Lavoro di gruppo - lavoro a coppie
Metodologia dell’esperienza
Esercitazioni pratiche
Metodo globale completato da necessari interventi analitici

Metodologie
Testi didattici di supporto
Sussidi audiovisivi
Sussidi informatici e multimediali
Materiale didattico su Registro elettronico e piattaforma Google Classroom
Materiali strutturati: schede, schemi e mappe
Risorse umane: esperti
Supporti vari: lavagna, cartelloni, poster.
Palestra e relativi attrezzi</td></tr>
<tr><td>2. IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA’ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</td><td><u>Contenuto teorico/pratico</u>
➤ La comunicazione nello sport
➤ I gesti arbitrali in diverse discipline sportive
➤ Il corpo racconta</td></tr>
<tr><td>3. IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</td><td><u>Contenuto pratico/abilità</u>
Tecniche e tattiche dei giochi sportivi.
Atletica leggera
<u>Contenuto teorico/ conoscenze</u>
➤ La storia, il gioco e il regolamento in sintesi degli sport trattati
➤ Lo sport nella storia</td></tr>
<tr><td>4. SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</td><td><u>Contenuto teorico/pratico</u>
La salute e il benessere:
➤ benefici dell’attività fisica e delle sane abitudini
➤ i meccanismi energetici nello sport
➤ fisiologia del corpo umano ed esercizio fisico
➤ Etica e sport: il doping

Muoversi in sicurezza:
➤sicurezza stradale
➤ traumatologia e primo soccorso</td></tr>
</table>