

**CURRICOLO VERTICALE D'ISTITUTO 2015-2016<sup>1</sup>**

**PRIMO BIENNIO**

Disciplina Scienze motorie e sportive

Finalità formative ( in coerenza con le linee guida previste per gli istituti tecnici)<sup>3</sup>

Far conseguire allo studente, al termine del percorso quinquennale dei risultati di apprendimento che lo mettono in grado di avere consapevolezza dell'importanza che riveste la pratica motoria dell'attività motoria-sportiva"per il benessere individuale e collettivo e di saperla esercitare in modo efficace".

Classe 1°

Competenze <sup>4</sup>	Conoscenze	Abilità	Obiettivi minimi <sup>5</sup>
-possiede le capacità motorie di base sia di tipo condizionale che coordinativo. -sa applicare le principali regole di gioco.  -sa applicare semplici norme di sicurezza.	-conosce le capacità condizionale e coordinative.  -conosce le regole di gioco.  -conosce le norme di primo soccorso e di tutela della salute.	-sa utilizzare la forza, velocità , resistenza e mobilità articolare.  -esegue i fondamentali di gioco individuali.  -cerca di prevenire gli infortuni, ed adotta uno stile di vita sano.	-sa utilizzare in forma semplice le capacità motorie di base.  -esegue anche in modo semplice i fondamentali di gioco.  - sa muoversi in sicurezza .

--	--	--	--

Classe 2°

Competenze <sup>4</sup>	Conoscenze	Abilità	Obiettivi minimi <sup>5</sup>
<p>-individua le attività che sviluppano le capacità condizionali e coordinative.</p> <p>-sa applicare le regole di gioco e le rispetta.</p> <p>-applica le proprie conoscenze per il proprio benessere</p>	<p>-conosce le capacità condizionali e coordinative.</p> <p>-conosce le regole di gioco.</p> <p>-conosce le prime regole di primo soccorso;conosce i rischi per la salute in seguito a cattive abitudini di vita.</p>	<p>-sa migliorare le proprie capacità condizionali e coordinative.</p> <p>-esegue i fondamentali di gioco.</p> <p>-sa prevenire gli infortuni. Sa evitare errate abitudini di vita.</p>	<p>-sa svolgere semplici esercizi che coinvolgono i vari distretti muscolari.</p> <p>-esegue in forma semplice i fondamentali individuali di gioco.</p> <p>-sa muoversi in sicurezza, guidato e non.</p>

ISTITUTO TECNICO AGRARIO "A. TOSI"  
Viale Marconi,60 - 26845 Codogno (LO)

**CURRICOLO VERTICALE D'ISTITUTO 2015-2016<sup>1</sup>**  
**SECONDO BIENNIO E QUINTO ANNO**

Disciplina Scienze motorie e sportive

Articolazione.....

Finalità formative ( in coerenza con le linee guida previste per gli istituti tecnici)<sup>3</sup>

Far conseguire allo studente, al termine del percorso quinquennale dei risultati di apprendimento che lo mettono in grado di avere consapevolezza dell'importanza che riveste la pratica motoria dell'attività motoria-sportiva"per il benessere individuale e collettivo e di saperla esercitare in modo efficace".

Classe 3°

Competenze <sup>4</sup>	Conoscenze	Abilità	Obiettivi minimi <sup>5</sup>
-------------------------	------------	---------	-------------------------------

-applica le proprie capacità condizionali e coordinative in modo appropriato.	-conosce in modo semplice i principi di allenamento.	-sa migliorare le proprie capacità condizionali e coordinative ed utilizzarle in modo adeguato.	-sa utilizzare in modo semplice queste capacità nei vari gesti sportivi.
-conosce le regole di gioco, le rispetta.	-conosce il regolamento dei giochi sportivi praticati.	-esegue i fondamentali di gioco individuali e di squadra.	- esegue in forma semplice i fondamentali di gioco.
-utilizza le proprie conoscenze per il proprio benessere.	-conosce i principali traumi e le norme di primo soccorso.	-sa prevenire gli infortuni principali.	- si muove in modo corretto per prevenire gli infortuni classici.

#### Classe 4°

Competenze <sup>4</sup>	Conoscenze	Abilità	Obiettivi minimi <sup>5</sup>
-applica le metodologie di incremento delle capacità condizionali e coordinative.	-conosce le principali metodiche di allenamento.	-sa migliorare le proprie capacità condizionali e coordinative ed utilizzarle in modo adeguato.	-sa utilizzare queste capacità nei semplici gesti sportivi.
-sa fare gioco di squadra.	-conosce il regolamento tecnico dei giochi sportivi.	-esegue con una certa padronanza i fondamentali individuali e di squadra.	-esegue i fondamentali di gioco.

-sa organizzare le proprie conoscenze per il suo benessere.	-conosce le norme di primo soccorso, i rischi per la salute per le cattive abitudini.	-sa prevenire gli infortuni, sa evitare cattive abitudini di vita.	-si controlla per prevenire gli infortuni.
---	---	--	--

## Classe 5°

Competenze <sup>4</sup>	Conoscenze	Abilità	Obiettivi minimi <sup>5</sup>
<p>-E' in grado di applicare le metodiche di incremento delle capacità condizionali e coordinative.</p> <p>-sa fare gioco di squadra, ed individua gli errori e li corregge.</p> <p>-organizza le proprie conoscenze per migliorare il proprio benessere psico-fisico.</p>	<p>-conosce le capacità condizionali e coordinative e le metodiche di allenamento.</p> <p>-conosce i regolamenti tecnici dei giochi sportivi ed individuali.</p> <p>-conosce i principali traumi e le norme di primo soccorso. Conosce i rischi per la salute.</p>	<p>-dimostra un miglioramento delle proprie capacità condizionali e coordinative e le utilizza in modo adeguato.</p> <p>-esegue i fondamentali individuali e di squadra ed i gesti tecnici.</p> <p>-sa prevenire gli infortuni, sa evitare cattive abitudini di vita.</p>	<p>-sa utilizzare queste capacità nei principali gesti sportivi.</p> <p>-sa eseguire i fondamentali individuali e cerca di applicarli nel gioco di squadra.</p> <p>-si muove correttamente per cercare di prevenire gli infortuni.</p>