**PERCORSO FORMATIVO DISCIPLINARE (DDI)**

Disciplina: S.Motorie

**Classe 1Als Scienze Applicate** Prof. Falvo Giovanna

|  |
| --- |
| **COMPETENZE DI RIFERIMENTO**Conoscere i principali aspetti comunicativi e culturali e relazionali dell’espressività corporea ed esercitare in modo efficace la pratica sportiva per il benessere individuale e collettivo in un contesto di rispetto dei ruoli, dei regolamenti ispirandosi al fair play |
| **CONTENUTI**  | **OBIETTIVI**  |
| **Capacità condizionali e coordinative**test di ingressoesercizi di forzaesercizi di coordinazione generale | **Conoscenze:**percezione del proprio se corporeoschemi motori**Abilità:**percepire il proprio se corporeopadroneggiare gli schemi motori per la coordinazione dei movimenti e l’esercizio della pratica motoria e sportiva |
| **Pallavolo**Storia della disciplina sportiva.Conoscenza dei fondamentali dello sport.Conoscenza dei regolamenti dello sport | **Conoscenze:** la percezione del proprio se corporeogli elementi base delle varie discipline sportive**Abilità:**percepire il proprio se corporeo. padroneggiare gli schemi motori per la coordinazione dei movimenti e l’esercizio della pratica motoria e sportiva |
| **Fair play**Cos’e il fair play? Fair play come filosofia di vita | **Conoscenze:**l’aspetto educativo e sociale dello sport.principi etici sottintesi alle discipline sportive**Abilità:**illustrare con riflessioni personali sotto forma di presentazioni multimediali come spirito di squadra e solidarietà appresi, aprono l’individuo a valori di comprensione universale, di integrazione, di tolleranza e di democraziatrasferire ed utilizzare i principi del fair play anche al di fuori dell’ambito sportivo |
| **Il Sistema Scheletrico** Conoscenza del sistema scheletrico e delle sue funzioni principali | **Conoscenze:**apparato scheletrico, le ossa, le articolazionii paramorfismi e dismorfismi della colonna vertebrale**Abilità:**percepire il proprio se corporeotrasferire ed utilizzare le informazioni acquisite per migliorare la postura e il benessere fisico |