



ISTITUTO DI ISTRUZIONE SECONDARIA SUPERIORE *Pietro Sette*



PERCORSO FORMATIVO DISCIPLINARE (DDI)

Disciplina: S.Motorie

Classe 5Dls 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 ingresso esercizi di forza esercizi di coordinazione generale	Conoscenze: percezione del proprio se corporeo schemi motori Abilità: percepire il proprio se corporeo padroneggiare gli schemi motori per la coordinazione dei movimenti e l'esercizio della pratica motoria e sportiva
Le Olimpiadi Storia della Olimpiadi moderne Conoscenza dei fondamentali dello sport. Conoscenza dei regolamenti dello sport	Conoscenze: La storia e le origini delle Olimpiadi, conoscenza delle varie discipline sportive che partecipano. Abilità: illustrare con riflessioni personali sotto forma di presentazioni multimediali le conoscenze apprese acquisire il senso dei valori olimpici: fair play, partecipazione, amicizia, lealtà, solidarietà, impegno, rispetto, coraggio, uguaglianza e pace.
Il Linguaggio del corpo Comunicazione verbale e non La gestualità e la mimica facciale La postura. Il mimo la danza	Conoscenze: conoscenza delle diverse modalità di comunicazione Abilità: esprimere gli stati d'animo senza aiutarsi con l'uso della parola utilizzare la gestualità nell'arbitraggio sportivo

La docente