PROGRAMMAZIONE DIPARTIMENTALE 2025/2026
CLASSI PRIME E SECONDE

La finalità del lavoro dipartimentale è orientare i Consigli di classe nella programmazione annuale e i docenti in quella curricolare. Nell'ambito della programmazione dei contenuti si terrà presente l'unitarietà del profilo formativo e le competenze in uscita dalla formazione liceale in base a quanto specificato nelle indicazioni nazionali e nei diversi indirizzi di studio.
Ogni disciplina, con i propri contenuti, le proprie procedure euristiche, il proprio linguaggio, deve concorrere alla costruzione di un percorso unitario di acquisizione di conoscenze e competenze a tal fine è bene esplicitare i nuclei fondanti e i contenuti imprescindibili delle singole discipline.
Gli obiettivi saranno declinati per singola annualità e articolati in Competenze, Abilità, Conoscenze. N*elle classi del primo biennio si terrà conto degli Assi culturali, come previsto dalla normativa sul nuovo obbligo di istruzione (L. 296/2007) e richiesto dalla certificazione delle competenze di base* e *del quadro delle competenze di cittadinanza.*

DIPARTIMENTO DISCIPLINARE	**SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**
MATERIA	**Scienze Motorie** **Liceo delle Scienze Umane – Liceo Economico Sociale - Liceo Linguistico – Liceo Scientifico – Liceo Musicale**
DOCENTI	**Proff.: BERTI E., MONTI P., COLUCCIO A., COROVEI C., FREZZA A., SABBI C., MARRA M. TIROCCHI F**
TESTI IN ADOZIONE	"ATTIVI" di Chiesa C.E. MARIETTI
STRUMENTI DI VERIFICA	Prove pratiche, test a risposta aperta/multipla piu valutazioni orali
SISTEMI DI VALUTAZIONE	**Griglia approvata dal Dipartimento Scienze Motorie.**
NUMERO DI PROVE PREVISTE	2 - 3 a quadrimestre

In sede di programmazione di classe, i docenti, nel proprio piano di lavoro, potranno apportare delle modifiche, ritenute più idonee, o nell'ordine di scansione dei contenuti o nella variazione di alcuni argomenti.

DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE INDIRIZZO: Liceo delle Scienze Umane – Liceo Economico Sociale - Liceo Linguistico – Liceo Scientifico – Liceo Musicale
CLASSI PRIME E SECONDE

MODULO N°	CONOSCENZE Segnalare le conoscenze minime CON UN ASTERISCO	COMPETENZE
1) Analisi della situazione di partenza intesa come comportamento (senso civico) **e rilevamento delle capacità psico-motorie di base**	-*Conoscere le regole di convivenza civile: abbigliamento adeguato alla pratica sportiva, ascolto dei suggerimenti impartiti dal docente, rispetto di compagni, docenti, personale scolastico, rispetto dell'arredo scolastico, degli spazi comuni e delle attrezzature sportive. -Conoscere il linguaggio tecnico	-Condividere la necessità di regole di convivenza civile - Riconoscere e valorizzare le proprie risorse, riconoscere e accettare i propri limiti
2) Potenziamento delle capacità senso-percettive, ristrutturazione dell'auto-immagine intesa come integrazione tra movimento, sensazioni, emozioni e pensiero	-* Mettere in atto azioni motorie controllate adeguate al contesto -Conoscere le modalità di linguaggio corporeo come strumento per migliorare la qualità della vita ed eliminare lo stress -Saper compiere movimenti semplici per eliminare dolori e tensioni -Acquisire un senso armonico di muscolatura e struttura scheletrica rinforzando l'auto-immagine -Riconoscere le proprie emozioni e quelle degli altri –	Trovare nuove soluzioni motorie più efficienti e comode (organizzazione motoria) essere consapevoli di come le emozioni influenzano il comportamento in modo da riuscire a gestirle in modo appropriato e a regolarle opportunamente

3) Pratica sportiva e "fair play" Acquisizione del gesto tecnico	-*Conoscere il regolamento tecnico di almeno uno sport (pallavolo, tennistavolo, pallacanestro, tiro con l'arco -Conoscere le caratteristiche della funzione arbitrale (qualità necessarie) e i segnali arbitrali di almeno uno sport -Conoscere i fondamentali delle attività sportive proposte -Conoscere i valori etici dello sport (doping)	-Sperimentare esperienze di molteplici discipline sportive che permettano di conoscere alcune tecniche e regole di base e di avere consapevolezza del valore e del rispetto delle regole in ambiti diversi -Applicare i principi etici per un corretto e leale comportamento sportivo
4) Apparato locomotore e posturologia	-*Conoscere la terminologia fondamentale dell'apparato locomotore -Concetto di sistema muscolare e scheletrico -Paramorfismi e dismorfismi	-Riconoscere principali ossa, muscoli e articolazioni -Riconoscere la funzione degli esercizi proposti per acquisire maggiore funzionalità e resa motoria
5) Cenni di traumatologia sportiva e primo soccorso	- Cause dei traumi e prevenzione -Adottare comportamenti di prevenzione per evitare traumi (riscaldamento prima dell'attività motoria, rispettare i tempi di recupero in caso di traumi precedenti, riferire prima di iniziare l'attività se ci sono traumi in atto, evitare falli di reazione agiti col solo scopo di fare del male -*Applicare correttamente semplici procedure di primo soccorso in caso di traumi sportivi -Esprimere oralmente le conoscenze acquisite	-Essere consapevoli dei rischi connessi all'attività motoria e sportiva e adottare comportamenti corretti per evitare traumi nella vita di tutti i giorni -Adottare comportamenti corretti di primo soccorso in caso di traumi
6) Educazione alla salute: igiene alimentare	-Cenni sui principi nutritivi -Dimagrire correttamente; alimentazione e sport; disturbi alimentari (anoressia, bulimia, obesità) -Legame fra attività motoria, benessere e alimentazione (sostanze stupefacenti, integratori, alcol, fumo)	-Assumere un atteggiamento di fiducia verso il proprio corpo (cura, corretto regime alimentare)

	-*Consapevolezza dei disturbi alimentari	

Proposta argomento pluridisciplinare: IL METODO DI STUDIO

Proposta argomento pluridisciplinare: Educazione alla salute; Igiene alimentare ed educazione civica.

FIRMA DOCENTE Prof.: BERTI E., MONTI P., COLUCCIO A., COROVEI C., FREZZA A., SABBI C., MARRA M.,TIROCCHI F.