**~~I.S.I.S.S. “E. Mattei” Aversa~~**

**SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

***Progettazione curriculare* e *modulare***

**P R E M E S S A**

Le Scienze Motorie e Sportive assolvono a due importanti ordini di compiti: igienico e formativo. I compiti igienici sono rappresentati dall’attivazione delle grandi funzioni organiche e dalla compensazione della prolungata sedentarietà scolastica. Ciò serve a favorire i processi di crescita e a conquistare la salute dinamica. I compiti formativi scaturiscono dal soddisfacimento della necessità di moto da parte dei giovani attraverso attività motorie imperniate su vivi centri di interesse, piacevoli, utili all’acquisizione di qualità potenziali e della padronanza fisica e psichica concorrendo alla formazione della personalità e del senso sociale. Le Scienze Motorie e Sportive tendono, quindi, a far acquisire agli studenti comportamenti radicati sulle attività motorie con intersezioni e sinergie con l’educazione alla salute, alla legalità, ambientale… E’ l’interdisciplinarietà che rende possibile le più opportune sinergie tra i vari ambiti disciplinari sul piano dei contenuti e del metodo come possibilità di approcci diversi al problema.

Sono presenti interventi che si volgono contro la dispersione scolastica, rispondono all’esigenza di offrire modalità diversificate agli studenti che non hanno né le conoscenze né le competenze per trarre il massimo del profitto dalle ordinarie opportunità di socializzazione offerte dal territorio.

**FINALITA’**

* Armonico sviluppo corporeo e motorio
* Maturazione della coscienza relativa alla propria corporeità
* Acquisizione di una cultura personale e di gruppo delle attività motorie e sportive
* Scoperta e orientamento delle attitudini personali
* Evoluzione e consolidamento di un’equilibrata coscienza sociale

**OBIETTIVI INTERDISCIPLINARI**

*-* Educare alla legalità

- Educare al rispetto dell’ambiente

- Educare alla tutela della salute

- Salvaguardare, conoscere, difendere e valorizzare il territorio

**OBIETTIVI GENERALI DISCIPLINARI**

* Potenziamento fisiologico
* Rielaborazione degli schemi motori di base
* Consolidamento del carattere, sviluppo della socialità e del senso civico
* Conoscenza e pratica delle attività sportive
* Informazioni fondamentali sulla tutela della salute e sulla prevenzione degli infortuni

**OBIETTIVI SPECIFICI DISCIPLINARI**

* Saper praticare attività sportive (saper risolvere situazioni problematiche)
* Sapersi relazionare socialmente nel gruppo
* Possedere informazioni fondamentali sulla tutela della salute e sulla prevenzione degli infortuni

**METODOLOGIA**

*-* Attività curriculari ed extra curriculari.

- Attività che riescono a coinvolgere tutti gli studenti.

- Ogni forma di competizione diretta a valorizzare la personalità dei singoli studenti

La metodologia usata mirerà allo stimolo dell’autonomia individuale ed alla correzione autonoma degli errori. Si darà spazio a varianti operative ed elaborazioni personali. Si favorirà, inoltre, il coinvolgimento degli studenti nelle fasi di elaborazione e di organizzazione delle attività.

**VALUTAZIONE E VERIFICA**

La verifica si servirà di prove pratiche, questionari scritti, prove orali per giungere alla valutazione che terrà conto del grado di sviluppo delle capacità esecutive, delle conoscenze teoriche e scientifiche nonché delle conoscenze dei processi metodologici.

***Nota bene***

La presente programmazione, per la delicata situazione legata al Covid 19, fornisce elementi indicativi. L’ attività pratica è momentaneamente sospesa fino a nuove indicazioni.

**CLASSI QUARTE**

**MODULO 0: svolgimento del PIA, elaborato nella riunione dipartimentale del 29/05/2020**

**MODULO 1 : IDENTITA’ E APPARTENENZA**

Tempi : Ottobre Novembre

Prerequisiti: Conoscenza di sé e del proprio corpo (identità di appartenenza)

Obiettivo: Acquisire il senso di responsabilità collettive e individuali

UNITÀ DIDATTICHE :

1. Il corpo e la mente (dialogo mente corpo e il benessere psico-fisico)
2. Le condizioni emotive del movimento
3. Stress e salute
4. Esercitazioni pratiche

**MODULO 2 : MOVIMENTO E ALIMENTAZIONE**

Tempi previsti: Dicembre Gennaio

PrerequisitI: conoscenza delle principali informazioni sulla tutela della salute su tematiche inerenti l’igiene alimentare

Obiettivi: Educazione alimentare. Conoscenza e pratica delle attività motorie.

UNITA’ DlDATTICHE:

1) Benefici degli esercizi fisici sui vari apparati e sistemi

2) Educazione alimentare

3) Le calorie

4) L’energia

5) Esercitazioni pratiche.

**MODULO 3 : LA CATTIVA ALIMENTAZIONE**

Tempi previsti: Febbraio Marzo

Prerequisiti: Saper affrontare tematiche mediche

Conoscere le principali norme di igiene alimentare

Obiettivi: Conoscere le principali patologie legate ad una cattiva alimentazione. Conoscenza e pratica delle attività motorie.

UNITA’ DIDATTICHE:

1) Il diabete

2) Il colesterolo

3) L’obesità – bulimia-Anoressia

4) Esercitazioni pratiche.

**MODULO 4 : SISTEMA NERVOSO E MOVIMENTO**

Tempi previsti: Aprile Maggio

Prerequisiti: Semplici conoscenze del sistema nervoso.

Obiettivi: Corretta gestione delle varie forme di movimento. Conoscenza e pratica delle attività motorie.

UNITA’ DIDATTICHE :

1) Sistema Nervoso

2) Ereditarietà e Lateralità

3) Sport e disabilità

4) Esercitazioni pratiche.

**MODULO INTERDISCIPLINARE :**  L’importanza degli stili di vita nella prevenzione delle malattie più diffuse nella popolazione (gennaio- marzo)

**CLASSI QUINTE**

**MODULO 0: svolgimento del PIA, elaborato nella riunione dipartimentale del 29/05/2020**

**MODULO 1 : IDENTITA’ E APPARTENENZA**

Tempi : Ottobre Novembre

Prerequisiti: Identità di appartenenza

Obiettivi: Conoscenza delle principali informazioni sulla tutela della salute e igiene alimentare

UNITÀ DIDATTICHE :

1. Sport individuali e di squadra
2. Alimentazione e sport
3. Alimentazione equilibrata
4. Esercitazioni pratiche

**MODULO 2 : L’ EDUCAZIONE ALLA SALUTE (Igiene alimentare)**

Tempi previsti: Dicembre Gennaio

Prerequisiti: Conoscenza delle principali informazioni sulla tutela della salute su tematiche inerenti l’igiene alimentare

Obiettivi: Conoscere le norme di una corretta alimentazione. Conoscenza e pratica delle attività motorie.

UNITA’ DlDATTICHE:

1) L’ alimentazione in condizioni fisiologiche particolari

2) Malnutrizione ( Anoressia –Bulimia—Obesità)

3) Esercitazioni pratiche.

**MODULO 3 : L’ EDUCAZIONE ALLA SALUTE (Problematiche legate all’uso delle droghe)**

Tempi previsti: Febbraio Marzo

Prerequisiti: Possedere informazioni adeguate inerenti alla tossicodipendenza.

Obiettivi: Saper affrontare tematiche sulla tossicodipendenza. Conoscenza e pratica delle attività motorie.

UNITA’ DIDATTICHE:

1) Il doping

2) Gli integratori

3) Le droghe

4) Esercitazioni pratiche.

**MODULO 4 : LO SPORT NELLA STORIA**

Tempi previsti: Aprile Maggio

Prerequisiti: conoscenza del mondo dello sport

Obiettivi: La storia dello sport nel tempo. Conoscenza e pratica delle attività motorie.

UNITA’ DIDATTICHE:

1) Riscaldamento, Allenamento, Fatica.

2) Lo Sport

3) Le Olimpiadi

4) Paralimpiadi

5) Esercitazioni pratiche.

**MODULO INTERDISCIPLINARE :**  Funzionamento delle strutture sanitarie pubbliche e private. Riabilitazione dei soggetti in periodo post-operatorio . Da Marzo a fine anno