

# Curricolo Scienze Motorie e Sportive

Vengono declinati gli obiettivi generali, risultato di conoscenze, abilità e competenze apprese, specifiche di materia e trasversali.

## Biennio

- Conoscere, comprendere e rispettare le regole
- Avere cura e rispetto di se stessi e degli altri
- Conoscere le strutture fondamentali del movimento (articolazioni, ossa e muscoli) e i principali apparati (cardiocircolatorio e respiratorio)
- Apprendere e sviluppare le diverse capacità motorie utilizzando attività individuali e di gruppo anche attraverso sport di squadra
- Conoscere e saper mettere in pratica sani e corretti stili di vita
- Migliorare la fiducia in se stessi e aumentare la propria autostima

## Triennio

- Conoscere, comprendere e rispettare le regole
- Avere cura e rispetto di se stessi e degli altri
- Sviluppare e consolidare le capacità motorie (coordinative, condizionali e atletiche)
- Conoscere e saper mettere in pratica sani e corretti stili di vita
- Conoscere le basi dell'organizzazione del movimento e dei meccanismi energetici in funzione della pratica in palestra (equilibrio, coordinazione, potenziamento, controllo posturale...)
- Migliorare la fiducia in se stessi e la propria autostima
- Saper affrontare le proprie difficoltà e superare le proprie paure di insuccesso
- Giochi sportivi: conoscenza della storia, delle regole e della pratica (ove possibile)

## OBIETTIVI MINIMI

- Impegno e partecipazione alle attività proposte
- Collaborazione
- Rispetto delle regole
- Conoscenza di base delle attività svolte

## CRITERI DI VALUTAZIONE

- Rispetto delle regole, di tutte le persone coinvolte nelle attività, dei materiali e delle consegne
- Impegno e partecipazione
- Acquisizione dei contenuti

La valutazione potrà essere supportata da:

- Svolgimento di Test condivisi e preparati con la classe
- Osservazione
- Valutazioni formative che tengano conto dei livelli di partenza e delle competenze acquisite

Voto	
10	Partecipazione attiva e costante, impegno e attenzione massima, rispetto dei tempi, delle regole, dei compagni e dell'insegnante
9	Partecipazione quasi sempre attiva e costante, impegno e attenzione massima, rispetto dei tempi, delle regole, dei compagni e dell'insegnante
8	Partecipazione quasi sempre attiva e costante, così come impegno e attenzione, rispetto dei tempi, delle regole, dei compagni e dell'insegnante
7	Partecipazione saltuaria , impegno e attenzione solo per le attività di interesse, rispetto dei tempi, delle regole, dei compagni e dell'insegnante
6	Partecipazione minima, impegno e attenzione solo per le attività di interesse, rispetto dei tempi, delle regole, dei compagni e dell'insegnante
5	Partecipazione poco attiva, scarso impegno e attenzione, rispetto dei tempi, delle regole, dei compagni e dell'insegnante
4	Non partecipa, non mostra impegno e attenzione, non rispetta tempi, regole, compagni, insegnante e spazi

#### MODALITÀ' DI RECUPERO/ESONERATI

In base ai tempi di esonero e alle motivazioni che hanno portato alla necessità del recupero verranno messe in atto le seguenti strategie in itinere:

- Approfondimenti teorici
- Attività svolte in collaborazione con l'insegnante nella gestione/organizzazione delle lezioni
- Sperimentazione di modalità alternative alla pratica (osservazione, assistenza, organizzazione, arbitraggio...)

#### PERCORSI TRASVERSALI

##### *Educazione Civica*

l'approfondimento di eventi e personaggi in ambito sportivo, offrono spesso spunti per approfondire i valori educativi e sociali insiti nell'attività praticata nel pieno rispetto degli altri e nella condivisione degli obiettivi.

##### *Scienze Naturali*

Organi e apparati

##### *Certificazione LABEL*

Anche le Scienze Motorie sono coinvolte nella Certificazione Label, ottenuta dall'Istituto nell'a.s. 2021/22, occasione di ampliamento dell'offerta formativa per l'approfondimento della lingua francese.

# PTOF - Centro Sportivo Scolastico

Il Centro Sportivo Scolastico è finalizzato all'organizzazione dell'attività sportiva scolastica. Esso opera sulla base di un Progetto inserito annualmente nel PTOF di Istituto, su indicazioni che il M.I.U.R. comunica alle scuole attraverso le "Linee Guida" a carattere Nazionale e territoriale ed attraverso le Circolari applicative che disciplinano tutte le attività di Educazione Fisica, Motoria e Sportiva delle scuole di ogni ordine e grado.

Allo sport scolastico viene affidato il compito di sviluppare una nuova cultura sportiva e di contribuire ad aumentare il senso civico degli studenti, migliorare l'aggregazione, l'integrazione e la socializzazione.

Finalità del centro sportivo scolastico è la promozione di iniziative intese a suscitare e consolidare nei giovani la consuetudine all'attività sportiva, come fattore di formazione umana e di crescita civile e sociale.

Il centro sportivo scolastico persegue i seguenti obiettivi:

- favorire la crescita psicologica, emotiva, sociale, oltre che fisica degli studenti;
- promuovere stili di vita corretti;
- sostenere gli studenti nel vivere il proprio corpo con maggiore serenità e fiducia;
- promuovere il confronto con gli altri per affrontare esperienze in comune e saper essere squadra con spirito positivo;
- offrire la possibilità a tutti gli alunni di conoscere varie discipline sportive anche in ruoli differenti da quello di atleta ( esempio: arbitro, segnapunti etc)
- costituire un momento di confronto sportivo leale e corretto; diffondere i valori positivi dello sport.

Il Centro Sportivo Scolastico opererà attraverso la costituzione di gruppi/squadra di studenti distinti per interessi o discipline sportive e per fasce di età, ponendo doverosa attenzione anche ai disabili, con l'intento di contribuire alla promozione delle attività motorie per tutti e alla valorizzazione delle eccellenze.

Le attività sportive sono realizzate sia in orario mattutino, durante il regolare svolgimento delle lezioni, che in orario pomeridiano. A livello extracurricolare saranno realizzati:

- Tornei sportivi interclassi e interistituti
- Avviamento e/o affinamento della pratica di sport diversificati
- (badminton, pallavolo, pallacanestro etc)
- Attività di fitness
- Preparazione e partecipazione ai Campionati Studenteschi

Sono parte integrante del CSS anche:

-la partecipazione ai **Campionati Studenteschi** dove si mettono in risalto le capacità e le qualità degli studenti che frequentano il nostro liceo, ricercando il massimo risultato sportivo in uno spirito di assoluto fair play;

-la divulgazione dell'attività di **Orienteering** con l'attivazione di un corso specifico, la partecipazione alle gare del circuito Milano nei Parchi e alla gara dei Campionati Studenteschi;

-l'organizzazione di **Uscite didattico-sportivo-culturali** (trekking, rafting, windsurf, settimana sportiva) con l'intento di poter effettuare il maggior numero di esperienze motorie.

Destinatari del progetto sono tutti gli alunni della scuola che possono liberamente iscriversi alle attività sportive extracurricolari.

L'insieme delle attività proposte all'interno del Centro Sportivo Scolastico si propone di ampliare l'offerta formativa e il tempo di permanenza, di chi lo desidera, in un ambiente positivo: i ragazzi hanno l'opportunità di conoscere gli altri e se stessi, di mettersi alla prova e di far crescere il proprio bagaglio culturale e motorio.