



ISTITUTO COMPRENSIVO CLAUDIO PUDDU
V. Montalese, 245/a – Tel 0574 653124 - Fax 0574 721602 59100 Prato
www.puddu.prato.it
e-mail istitutocomprensivopuddu@scuole.prato.it

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO
CURRICOLO DI SCIENZE MOTORIE (CLASSE II)

Obiettivi	Competenze	Contenuti
Consolidamento delle capacità coordinative	Saper controllare il proprio corpo in varie situazioni.	Esercizi per la lateralizzazione, l'equilibrio/postura, la coord. Oculo-manuale/podalica...
Sviluppo e tecniche di miglioramento delle capacità condizionali	Conoscere e saper utilizzare le proprie capacità condizionali.	Cap.cond.: esercizi per la velocità, resistenza, mob.art., forza.
Sviluppare le capacità di relazionarsi con gli altri, condividendo e rispettando le regole dei giochi sportivi	Rispettare il codice etico dello sportivo e le regole dei giochi praticati	Fare interpretare i vari ruoli nel gioco (giocatore, arbitro, giudice, allenatore)
Conoscenza degli obiettivi e delle caratteristiche proprie dell'attività motoria anche in ambiente naturale	<ul style="list-style-type: none">- Saper leggere una carta, la conoscenza dei segni convenzionali.- Sapersi muovere con la carta in ambienti non conosciuti- Sapere cosa si intende per buona salute e come ottenerla	Attività in ambiente naturale Attività teoriche

Strategie metodologiche

Durante l'anno scolastico si alterneranno i vari tipi di metodi induttivo/deduttivo, scelti in base all'obiettivo da raggiungere di volta in volta. L'allievo in un primo momento sarà sollecitato alla ricerca delle soluzioni, mediante la partecipazione attiva e in collaborazione con gli altri, favorendo:

- il sapere come costruzione personale, partendo dalle esperienze concrete;
- apprendimento attivo, per il quale l'insegnante ha solo la funzione di guidare e facilitare gli allievi;
- apprendimento collaborativo, favorendo la collaborazione con gli altri ed arricchendosi delle esperienze altrui.

In un secondo momento potranno essere proposte attività in forma globale, rispettando il principio della multilateralità e della polivalenza. Come conclusione del periodo dedicato a ciascuna disciplina sportiva che verrà trattata, sarà proposta una conoscenza superficiale dei fondamentali di base.