Descrittori degli esiti di apprendimento previsti dal curricolo del Primo Biennio				
Disciplina: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE				
Esiti di apprendimento	Competenze	Conoscenze	Abilità	Unità formative di apprendimento
Saper comprendere ed interpretare la realtà nei suoi diversi aspetti, con atteggiamento razionale, creativo, progettuale e critico. Saper operare un positivo inserimento nella vita sociale compiendo adeguate scelte coerenti con le capacità personali. Riconoscere i principali aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea ed esercitare in modo efficace la pratica sportiva per il benessere individuale e "collettivo".	Orientarsi negli ambiti sportivi, utilizzando le tecnologie e riconoscendo le variazioni fisiologiche e le proprie potenzialità. Praticare le attività sportive applicando tattiche e strategie, con fair play e attenzione all'aspetto sociale. Adottare comportamenti attivi, in sicurezza, per migliorare la propria salute e il proprio benessere. Saper essere responsabile della sicurezza personale negli ambienti scolastici e negli spazi esterni. Saper riconoscere i benefici dell'attività motoria in ambiente naturale.	Conoscenza, padronanza e rispetto del corpo. Conoscenza degli equilibri posturali. Organizzazione del corpo umano. Sistema scheletrico. Sistema muscolare. Traumatologia: lesioni a carico delle ossa e dei muscoli. Paramorfismi e dimorfismi dell'età scolare. Conoscenze generali del corpo umano: apparato cardiocircolatorio ed apparato respiratorio. Gli effetti benefici del movimento sugli apparati cardio-respiratorio. Rilevazione del battito a risposo e dopo lo sforzo. Gli aspetti della comunicazione verbale e non verbale. Il doping e i suoi effetti. Informazioni sui principi fondamentali di prevenzione ed attuazione della sicurezza personale in palestra, a scuola e negli spazi aperti.	Padronanza degli schemi motori di base. Sviluppo delle qualità motorie. Miglioramento delle capacità motorie di base, coordinative e condizionali di abilità e destrezza con e senza l'utilizzo dei piccoli e grandi attrezzi occasionali. Eseguire e controllare i fondamentali individuali di base degli sport praticati. Collaborare attivamente nel gruppo per raggiungere un risultato comune. Rispettare gli altri nello spirito di collaborazione: il fair play. Utilizzare responsabilmente mezzi e strumenti idonei a praticare l'attività motoria. Attivazione di comportamenti responsabili nel rispetto dell'ambiente naturale. Assumere comportamenti finalizzati al miglioramento della salute. Controllare e rispettare il proprio corpo.	Percezione di sé e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive. Lo sport, le regole, il fair play. Salute, benessere, sicurezza e prevenzione. Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico.

		Il rischio della sedentarietà. I pilastri della salute. Attività a carico naturale. Attività di opposizione e resistenza. Attività di resistenza per il controllo segmentario. Esercizi a corpo libero individuali, a coppie o in gruppo. Conoscenza delle attività sportive individuali: atletica leggera, badminton, tennistavolo. Attività sportive di squadra: pallacanestro, pallavolo, calcio a 5. Conoscenza delle principali regole degli sport praticati. Giochi, partite, arbitraggi e tornei interni degli sport praticati. Attività motoria in ambiente naturale.		

Descrittori degli esiti di apprendimento previsti dal curricolo del Secondo Biennio				
Disciplina: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE				
Esiti di apprendimento	Competenze	Conoscenze	Abilità	Unità formative di apprendimento
Saper comprendere ed interpretare la realtà nei suoi diversi aspetti, con atteggiamento razionale, creativo, progettuale e critico. Saper operare un positivo inserimento nella vita sociale compiendo adeguate scelte coerenti con le capacità personali. Riconoscere i principali aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea ed esercitare in modo efficace la pratica sportiva per il benessere individuale e "collettivo".	Orientarsi negli ambiti sportivi, utilizzando le tecnologie e riconoscendo le variazioni fisiologiche e le proprie potenzialità. Praticare autonomamente attività sportive con fair play, scegliendo personali tattiche e strategie anche nell'organizzazione, interpretando al meglio la cultura sportiva. Assumere in maniera consapevole comportamenti orientati a stili di vita attivi, prevenzione e sicurezza nei diversi ambienti. Sapere come equipaggiarsi ed abbigliarsi prima di un'escursione in ambiente naturale, applicando comportamenti idonei nel rispetto della natura.	Cenni sul sistema muscolo-scheletrico. Apparato respiratorio ed esercizio fisico. Apparato cardiocircolatorio ed esercizio fisico. Sistema nervoso e movimento. I muscoli e la loro azione. Capacità coordinative e condizionali. Conoscere il concetto di salute come mantenimento, con regole di vita corrette e prevenzione. Elementi di primo soccorso cardiologico: il BLS. Nozioni di primo soccorso: emorragie, epistassi, shock, soffocamento. Approfondimento delle conoscenze relative alle tecniche e tattiche degli sport di squadra ed individuali. Approfondimento delle conoscenze delle conoscenze tecniche, tattiche e teoria delle attività motorie, sportive ed espressive. Tornei, giochi,	Miglioramento delle proprie capacità motorie e coordinative. Adeguare l'intensità di lavoro alla durata della prova. Rispondere adeguatamente ai diversi stimoli motori. Collaborazione nell'organizzazione di giochi, di competizioni sportive e della loro direzione arbitrale, assistenza. Assumere ruoli all'interno del gruppo in relazione alle proprie capacità individuali. Assumere comportamenti finalizzati al miglioramento della salute. Prevenzione degli infortuni e tecniche di primo intervento. Muoversi in sicurezza in diversi ambienti.	Percezione di sé e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive. Lo sport, le regole, il fair play. Salute, benessere, sicurezza e prevenzione. Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico.

		partite. Attività motoria in ambiente naturale.		

Descrittori degli esiti di apprendimento previsti dal curricolo del Quinto Anno				
Disciplina: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE				
Esiti di apprendimento	Competenze	Conoscenze	Abilità	Unità formative di apprendimento
Saper comprendere ed interpretare la realtà nei suoi diversi aspetti, con atteggiamento razionale, creativo, progettuale e critico. Saper operare un positivo inserimento nella vita sociale compiendo adeguate scelte coerenti con le capacità personali. Riconoscere i principali aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea ed esercitare in modo efficace la pratica sportiva per il benessere individuale e "collettivo".	Orientarsi negli ambiti sportivi, utilizzando le tecnologie e riconoscendo le variazioni fisiologiche e le proprie potenzialità. Praticare autonomamente attività sportive con fair play, scegliendo personali tattiche e strategie anche nell'organizzazione, interpretando al meglio la cultura sportiva. Assumere in maniera consapevole comportamenti orientati a stili di vita attivi, prevenzione e sicurezza nei diversi ambienti. Sapere come equipaggiarsi ed abbigliarsi prima di un'escursione in ambiente naturale, applicando comportamenti idonei nel rispetto della natura.	Il rischio della sedentarietà. Il doping. Sport e disabilità. Conoscere le origini e lo sviluppo delle scienze legate al movimento, al gioco e allo sport. Elementi di educazione alimentare. I disturbi alimentari: anoressia e bulimia. Il movimento come elemento di prevenzione. Approfondimento delle conoscenze relative agli sport di squadra e individuali. Approfondimento delle conoscenze tecniche, tattiche e teoria delle attività motorie, sportive ed espressive. Partite, giochi, tornei. Attività motoria in ambiente naturale.	Osservare criticamente i fenomeni connessi al mondo sportivo. Collaborazione nell'organizzazione di giochi, di competizioni sportive e della loro direzione arbitrale, assistenza. Conoscere il concetto di salute come mantenimento, con regole di vita corrette e forme di prevenzione. Conoscere i principi fondamentali di prevenzione ed attuazione della sicurezza personale e altrui. Muoversi in sicurezza in diversi ambienti.	Percezione di sé e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive. Lo sport, le regole, il fair play. Salute, benessere, sicurezza e prevenzione. Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico.