

I.S.I.S. "G. FILANGIERI"

Frattamaggiore (NA)



NUCLEI FONDANTI

DIPARTIMENTO	INDIRIZZI
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE	☒ AFM ☒ SIA ☒ RIM ☒ TURISTICO (5 ANNI) ☒ TURISTICO (4 ANNI) ☒ INFORMATICA E TELECOMUNICAZIONI ☒ CHIMICA E BIOTECNOLOGIE ☐ SERALE
DISCIPLINA	
ANNO SCOLASTICO	
2025/2026	

1° BIENNIO

Contenuti oggetto dei nuclei fondanti:

1. La percezione di sé e il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive.
2. Lo sport, le regole e il fair play.
3. Salute, benessere, sicurezza e prevenzione.
4. Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico.

Conoscenze	Abilità
1. Conoscere le principali strutture anatomiche del corpo umano Conoscere le principali funzioni degli apparati Conoscere le modalità corrette di esecuzione delle varie pratiche motorie Conoscere le principali classificazioni delle capacità motorie Conoscere le capacità motorie utilizzate nelle diverse attività motorie e sportive praticate. 2. Conoscere gli elementi tecnici e regolamentari di varie discipline sportive Conoscere i principi fondamentali dell'etica sportiva Conoscere ruoli e compiti dei vari soggetti nelle diverse discipline sportive Conoscere elementari principi tattici caratteristici delle varie discipline sportive di squadra Conoscere le principali caratteristiche delle richieste di prestazione nelle discipline sportive individuali. 3. Conoscere i principi	1. Saper identificare le strutture anatomiche utilizzati nelle varie attività motori Saper riconoscere i principali apparati coinvolti nella pratica sportiva Saper compiere i gesti e movimenti in modo corretto e adeguato alla situazione Saper riconoscere le capacità fisiche utilizzate nelle diverse attività Saper eseguire schemi motori utilizzando in modo adeguato le corrette capacità motorie. 2. Saper eseguire gli elementi tecnici principali delle discipline sportive proposte Sapersi comportare seguendo i principi dell'etica sportiva nelle attività proposte Saper ricoprire i vari ruoli nelle discipline sportive proposte Saper eseguire elementari comportamenti tattici nelle varie discipline di

fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra, a casa e negli spazi aperti, compreso quello stradale Conoscere i principi igienici e scientifici essenziali al mantenimento dell'efficienza fisica Conoscere le norme sanitarie ed alimentari indispensabili al mantenimento del benessere fisico Conoscere le principali tipologie di percorsi di preparazione fisica Conoscere le principali tipologie e gli effetti dei prodotti farmacologici in relazione alla prestazione fisica e sportiva. 4. Conoscere le caratteristiche delle varie tipologie di attività motorie e sportive in ambiente naturale Conoscere le possibili modalità di utilizzo delle conoscenze di discipline diverse per attività motorie e sportive in ambiente naturale	squadra Saper eseguire gli elementi tecnici principali delle discipline sportive individuali Saper adeguare il proprio comportamento alle richieste tipiche della disciplina sportiva individuale. 3. Saper adottare i comportamenti adeguati nelle varie situazioni Adottare comportamenti adeguati al mantenimento dell'efficienza fisica Adottare le norme sanitarie ed alimentari adeguate al mantenimento del benessere fisico. 4. Sapersi muovere con adeguata disinvoltura in ambiente naturale adattandosi alle caratteristiche dell'ambiente stesso Saper riconoscere le conoscenze derivanti da discipline diverse utili a sviluppare attività motorie e sportive in ambiente naturale
--	--

Competenze disciplinari in uscita:

1.Saper riconoscere le strutture e gli apparati utilizzati nelle varie tipologie di attività motoria.

Saper utilizzare in modo consapevole la propria motricità nell'esecuzione delle attività motorie.

Saper eseguire schemi motori complessi per affrontare attività sportive.

2.Saper adeguare il proprio comportamento motorio alle esigenze delle varie tipologie di attività sportiva proposta.

Saper adottare la strategia (individuale e di gruppo) adeguata a risolvere le problematiche degli sport di squadra.

Sapersi impegnare in una disciplina sportiva individuale con atteggiamento adeguato.

3.Sapersi comportare in modo adeguato rispettando i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra, a casa e negli spazi aperti, compreso quello stradale.

Saper adottare comportamenti adeguati al mantenimento dell'efficienza fisica.

Saper apprezzare ed utilizzare i percorsi di preparazione fisica.

Saper riconoscere gli effetti dannosi dei prodotti farmacologici finalizzati al miglioramento della prestazione fisica.

4.Saper praticare attività motorie in ambiente naturale adeguando il comportamento al contesto.

Saper utilizzare adeguatamente le conoscenze di diverse discipline in attività motorie in ambito naturale.

2° BIENNIO**Contenuti oggetto dei nuclei fondanti:**

1.La percezione di sé e il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive.

2.sport, le regole e il fair play.

3.Salute, benessere, sicurezza e prevenzione.

4.Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico.

Conoscenze**Abilità**

1. Conoscere le principali strutture anatomiche del corpo umano.

Conoscere le principali funzioni degli apparati
Conoscere le modalità corrette di esecuzione delle varie pratiche motorie.

Conoscere le principali classificazioni delle capacità motorie.

Conoscere le capacità motorie utilizzate nelle diverse attività motorie e sportive praticate.

2. Conoscere le modalità di collaborazione per partecipare a competizioni sportive ed attività espressive

Conoscere le modalità di organizzazione di attività sportive ed attività espressive

Conoscere i fenomeni legati al mondo sportivo ed all'attività fisica

Conoscere i principali aspetti teorici, tecnici e tattici delle discipline sportive proposte.

3. Conoscere i comportamenti per il mantenimento del proprio benessere psicofisico

Conoscere le situazioni di rischio per la propria e l'altrui incolumità nell'ambito delle attività sportive e motorie

Conoscere le modalità per evitare situazioni di rischio per l'incolumità nell'ambito delle attività sportive e motorie

Conoscere le procedure da tenere in situazione di primo soccorso.

4. Conoscere le possibilità di sviluppare attività

1. Saper identificare le strutture anatomiche utilizzati nelle varie attività motorie.

Saper riconoscere i principali apparati coinvolti nella pratica sportiva

Saper compiere i gesti e movimenti in modo corretto e adeguato alla situazione

Saper riconoscere le capacità fisiche utilizzate nelle diverse attività

Saper eseguire schemi motori utilizzando in modo adeguato le corrette capacità motorie.

2. Saper interagire con i compagni per partecipare a competizioni sportive ed attività espressive

Saper applicare le forme di organizzazione adeguate alle competizioni sportive ed attività espressive

Saper riconoscere gli elementi fondamentali che caratterizzano la fenomenologia dell'attività sportiva e motoria

Saper esprimere considerazioni personali sulla fenomenologia sportiva e motoria

Saper praticare le discipline sportive proposte.

Saper adottare i comportamenti adeguati al mantenimento del benessere psicofisico

Saper riconoscere le

motorie e sportive in ambiente naturale.	situazioni di rischio per la propria e l'altrui incolumità nell'ambito delle attività sportive e motorie. Saper adottare i comportamenti adatti ad evitare situazioni di rischio per l' incolumità nell'ambito delle attività sportive e motorie. 4.Saper svolgere attività sportive e motorie in ambiente naturale.
---	--

Competenze disciplinari in uscita:

1.Saper eseguire schemi motori complessi per affrontare attività motorie e sportive anche di alto livello utilizzando in modo adeguato le capacità motorie.

Saper riconoscere ed applicare metodiche di allenamento e gli elementi culturali correlati.

Saper riconoscere ed applicare i principali elementi tecnico tattici nelle varie discipline sportive.

Saper valutare le proprie capacità e prestazioni.

2.Saper adeguare il proprio comportamento motorio alle esigenze delle varie tipologie di attività sportiva proposta.

Saper adottare la strategia (individuale e di gruppo) adeguata a risolvere le problematiche degli sport di squadra.

Sapersi impegnare in una disciplina sportiva individuale con atteggiamento adeguato.

3.Sapersi comportare con modalità adeguate al mantenimento del proprio benessere psicofisico.

Saper assumere e mantenere comportamenti adeguati alla salvaguardia della propria e dell'altrui incolumità nella pratica sportiva e motoria.

Saper adottare gli idonei comportamenti in situazione di primo soccorso.

4.Saper adattare le attività sportive e motorie all'ambiente naturale.

5° ANNO

Contenuti oggetto dei nuclei fondanti:

- 1.La percezione di sé e il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive.**
- 2.sport, le regole e il fair play.**
- 3.Salute, benessere, sicurezza e prevenzione.**
- 4.Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico.**

Conoscenze	Abilità
1.Conoscere le modalità corrette di pratiche sportive e motorie adeguate all'espressione della propria maturazione personale Conoscere le modalità attuazione dei percorsi di preparazione fisica specifici. 2.Conoscere le strategie tecnico tattiche dei principali giochi sportivi Conoscere i principi dell'etica sportiva e del fair play Conoscere le principali modalità di gestione e organizzazione degli eventi sportivi. 3.Conoscere i principi fondamentali dei comportamenti attivi utili al mantenimento del benessere psico fisico Conoscere i principi generali di una corretta alimentazione Conoscere gli effetti di una corretta alimentazione in relazione alla pratica sportiva. 4.Conoscere i comportamenti responsabili nei confronti	1.Saper svolgere attività sportive e motorie con piena consapevolezza e in modo adeguato alla propria maturazione personale Saper sviluppare attività nei percorsi di preparazione fisica specifici. 2.Saper applicare le strategie tecnico tattiche dei giochi sportivi nelle situazioni date Saper applicare le regole dell'etica sportiva e del fair play alle situazioni date Saper gestire ed organizzare eventi sportivi svolgendo anche compiti di direzione. 3.Saper adottare i comportamenti adeguati al mantenimento del benessere psicofisico Saper rispettare i principi generali di una corretta alimentazione Saper adottare una corretta alimentazione adeguata alla pratica sportiva.

del comune patrimonio ambientale	4. Sapersi impegnare in attività ludiche e sportive in ambiti diversi adottando comportamenti responsabili.
Competenze disciplinari in uscita: 1. Saper esprimere un'attività motoria complessa e adeguata alla completa maturazione personale. Saper apprezzare gli effetti positivi generati dai percorsi di preparazione fisica specifici. 2. Saper praticare giochi sportivi applicando adeguate strategie tecnico tattiche. Saper affrontare il confronto agonistico con etica sportiva, rispettando le regole del fair play. Saper svolgere ruoli di direzione dell'attività sportiva, organizzare e gestire eventi sportivi nel tempo scuola ed extra scuola. 3. Saper conferire il giusto valore all'attività fisica e sportiva. Saper applicare le conoscenze dei principi generali di una corretta alimentazione e di come essa è utilizzata nell'ambito dell'attività fisica e nei vari sport. 4. Saper mettere in atto comportamenti responsabili nei confronti del comune patrimonio ambientale, tutelando lo stesso ed impegnandosi in attività ludiche e sportive in diversi ambiti.	

