

PROGRAMMA SVOLTO PER UDA INTERDISCIPLINARI

DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

CLASSE: 2

SEZIONE: D

1 UDA: Famiglia, economia e società.

Focus Ed. Civica: La Costituzione e i rapporti etico – sociali.

2 UDA: Conosciamo il nostro territorio, culla di civiltà.

Focus Ed. Civica: Gli Enti locali e le strategie di sviluppo territoriale

3 UDA: Mens sana in corpore sano

Focus Ed. Civica: Educazione alla salute: un corretto stile di vita

4 UDA: Turismo e intercultura, fonte di ricchezza e di sviluppo

Focus Ed. Civica: Educazione ambientale e il concetto di ecosostenibilità

Teoria, tecnica e pratica degli sport di squadra (Pallavolo, Calcio e Basket) e degli sport individuali (Sport di racchetta e Atletica Leggera).

Principi dell'allenamento. Caratteristiche dell'allenamento con focus sul benessere fisico e mentale e il concetto di overtraining.

L'allenamento della forza : Teoria e metodologia di allenamento.

COMPETENZE

-Padroneggiare l'uso di strumenti tecnologici con particolare attenzione alla sicurezza e alla tutela della salute nei luoghi di vita e di lavoro, alla tutela della persona, dell'ambiente e del territorio

-Riconoscere gli aspetti geografici, ecologici, territoriali, dell'ambiente naturale ed antropico, le connessioni con le strutture demografiche, economiche, sociali, culturali e le trasformazioni intervenute nel corso del tempo

ABILITA'

- Sapersi muovere in ambiente naturale con andature diverse
- Saper realizzare pratiche motorie e sportive in ambiente naturale.
- Saper utilizzare dispositivi multimediali.
- Saper interpretare in modo corretto i percorsi ginnici proposti.
- Saper utilizzare le conoscenze derivanti da discipline diverse utili a sviluppare attività motorie e sportive in ambiente naturale.

CONOSCENZE

- Conoscere le strutture sportive presenti nel territorio.
- Conoscere le caratteristiche delle principali tipologie di attività in ambiente naturale praticate nel territorio.
- Conoscere le principali tipologie di percorso per la preparazione fisica
- Conoscere gli sport outdoor e indoor

Erice 03/06/2025