

PIANO DIDATTICO UDA ORDINARIE (MODULI FORMATIVI) ASSE/INTERASSE/DISCIPLINARI

DIPARTIMENTO __ SCIENTIFICO __ ASSE __ SC. MOTORIE ____

CLASSI PRIME E SECONDE

UDA N. 1 ...Lo scheletro e la postura.....						
Insegnamento/UDA (insegnamento e titolo sintetico)	Tipologia (asse, interasse, mono disciplinare)	Insegnamenti coinvolti	Compiti e prodotti	Competenze	Conoscenze	Periodo (mesi)
Scienze motorie e sportive	Mono disciplinare	Scienze Motorie	Conoscere le parti del corpo e semplici elementi di anatomia. Conoscere le principali posizioni e gli schemi motori.	Seguire corrette abitudini di vita. Riconoscere corrette e scorrette posture su se stessi e sui compagni. Controllare volontariamente la propria postura.	Conoscere lo scheletro e i muscoli. Conoscere i cambiamenti fisici durante la crescita. Conoscere le alterazioni scheletriche e i vizi del portamento. Conoscere i diversi tipi di fibre muscolari. Conoscere come avviene il movimento e le diverse tipologie di contrazioni muscolari.	Ottobre-maggio

UDA N. 2Dalla postura al movimento

Insegnamento/UDA (insegnamento e titolo sintetico)	Tipologia (asse, interasse, mono disciplinare)	Insegnamenti coinvolti	Compiti e prodotti	Competenze	Conoscenze	Periodo (mesi)
Scienze motorie e sportive	Mono disciplinare	Scienze Motorie	Praticare esercizi posturali e correttivi.	Seguire corrette abitudini di vita. Riconoscere corrette e scorrette posture su se stessi e sui compagni. Controllare volontariamente la propria postura.	Conoscere lo scheletro. Conoscere i cambiamenti fisici durante la crescita. Conoscere e applicare gli schemi motori di base.	Ottobre-maggio