AREA TEMATICA	SPORT E SALUTE
TITOLO PROGETTO	Scuola e sport
PROGETTAZIONE E FINALITA'	Il progetto intende motivare gli alunni, stimolando in loro la voglia di confrontarsi positivamente con gli altri, migliorando l'autonomia personale, l'autostima, la socializzazione, il rispetto delle regole, delle cose e degli altri e favorendo il confronto, la cooperazione, l'integrazione sociale e l'inclusione. Le attività hanno lo scopo di consolidare e potenziare le capacità motorie e culturali degli alunni e di offrire loro l'occasione di praticare attività sportive secondo il principio del Fair Play, ed educare a riconoscere e applicare comportamenti utili e favorevoli per un sano stile di vita.
DESCRIZIONE	Il percorso si sviluppa attraverso le seguenti attività: - Studio delle fasi dell'accrescimento ed elementi generali dei vari apparati. - Esercizi a carattere generale individuali, a coppie o a gruppo senza attrezzi. - Esercizi a carattere generale individuali, a coppie o a gruppo con attrezzi. - Il linguaggio del corpo e le tecniche di espressione corporea. - L'Allenamento e le capacità condizionali. - Tecnica e metodi dell'allenamento per migliorare le capacità motorie generali e condizionali. - Percorsi e circuiti. - Giochi di gruppo e di squadra senza attrezzi. - Giochi di gruppo e di squadra con attrezzi. - Atletica leggera (teoria). - Esercizi generali di Atletica leggera. - Esercizi specifici per il consolidamento delle capacità condizionali. - Esercizi specifici per le varie specialità di Atletica leggera. - Esercizi e giochi propedeutici per l'avvio ai giochi di squadra: pallavolo, calcio, pallacanestro, pallapugno, pallatamburello, tennistavolo, calcio Balilla, badminton. - Le regole dei giochi di squadra. - La Nomenclatura ginnastica e le posizioni. - Norme di Igiene e abbigliamento. - Norme generali per la sicurezza. - La storia delle Olimpiadi e delle Paralimpiadi. - Gioco e Sport: i valori dello sport (salute e benessere, le life skills, il fair-Play) e gli aspetti degenerativi (bullismo e tifo). - Enti sportivi e Federazioni. - L'ipocinesi e i danni psico-fisici. - L'adolescenza e le dipendenze. - L'alimentazione e le malattie alimentari. - Cenni di primo soccorso nei più comuni casi di incidente.

OB. FORMATIVI	Conoscere le caratteristiche proprie dell'educazione motoria e le correlazioni esistenti tra lo sviluppo psicofisico e le attività motorie. Conoscere, in linea generale, l'anatomia e la fisiologia dei sistemi e degli apparati del corpo umano in relazione alle attività motorie e all'educazione alla salute. Utilizzare in modo consapevole ed appropriato il proprio corpo percependone la fase evolutiva.
	Conoscere e rispettare i regolamenti delle discipline sportive praticate a scuola. Rispettare le diverse capacità, le esperienze pregresse, le caratteristiche personali per potersi relazionare positivamente con il gruppo. Individuare e sviluppare le competenze trasversali che sono patrimonio di ciascun individuo (soft skill). Educare a riconoscere e applicare comportamenti alimentari corretti per un sano stile di vita. Percepire il giusto concetto di competitività. Conoscere la necessità di assumere comportamenti volti al rispetto della propria e altrui salute. Educare a vivere lo sport come esperienza formativa di vita orientata al miglioramento e al mantenimento della salute psicofisica. Favorire la socializzazione, la collaborazione attiva e propositiva, l'integrazione e l'inclusione.
COMPETENZE ATTESE	Comprendere che il corpo e la comunicazione corporea sono elementi essenziali per esprimere agli altri ciò che sentiamo, le nostre emozioni e i nostri pensieri. Gestire in modo autonomo l'attività motoria in base al contesto elaborando risposte motorie in situazione complesse, auto-valutando e incrementando le proprie capacità. Utilizzare piani di lavoro per raggiungere una ottimale efficienza fisica usando carichi e ritmi adeguati. Gestire in modo consapevole le situazioni competitive con autocontrollo e rispetto per l'altro accettando la sconfitta. Applicare comportamenti alimentari e di vita "sani". Favorire l'inclusione di tutti.
DESTINATARI	Gli alunni della Scuola secondaria
RISORSE PROFESSIONALI	Interne
RISORSE MATERIALI	Attrezzi sportivi, codificati e di fortuna; Strutture sportive, campetto e cortile all'aperto e palestra.