

SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

DOCENTE: Polidori Antonio

COMPETENZE SPECIFICHE ED OBIETTIVI OPERATIVI DELLA MATERIA

PRIMO ANNO

CLASSE IC

Competenze	Abilità	Conoscenze	Tempi
<ul style="list-style-type: none">- Partecipare attivamente e costruttivamente allo svolgimento dell'attività didattica rispettando le regole di comportamento, di sicurezza e di fair-play.- Utilizzare le diverse abilità motorie in differenti contesti (fare emergere le proprie potenzialità)- Esercitare in modo efficace la pratica motoria e sportiva	<ul style="list-style-type: none">- Applicare schemi motori rielaborati- Applicare e fare applicare le regole degli sport praticati- Riconoscere ed applicare i principi delle capacità coordinative.	<ul style="list-style-type: none">- I movimenti fondamentali- Le posizioni fondamentali, gli assi ed i piani dello spazio- Capacità coordinative e condizionali- Il doping e l'etica dello sport- Gli elementi di base di alcune tecniche espressive	1° Quadrimestre
<ul style="list-style-type: none">- Praticare in modo efficace l'attività motoria e sportiva- Riconoscere il valore dell'espressività del movimento	<ul style="list-style-type: none">- Muoversi in sicurezza e rispettare l'ambiente che ci circonda- Saper utilizzare i fondamentali dei giochi sportivi- Utilizzare strumenti multimediali	<ul style="list-style-type: none">- Conoscere la terminologia dei giochi sportivi, il regolamento tecnico, il fair play.- Terminologia, tecnica, tattica e regolamento di alcuni giochi sportivi (Rugby)	2° Quadrimestre

METODI ADOTTATI

Al fine di raggiungere le competenze e gli obiettivi specifici sono stati messi in atto i seguenti criteri:

- formulazione di obiettivi chiari e spiegazione delle finalità delle esercitazioni.
- insegnamento individualizzato o diretto all'intero gruppo classe.
- progressività delle esercitazioni, (dal semplice al complesso), e variazione delle proposte.
- individuazione di proposte mirate alla valorizzazione delle eccellenze.

- individuazione di spunti di riflessione e approfondimenti teorici per facilitare il raggiungimento delle conoscenze specifiche della disciplina.

Per quanto riguarda la pratica sportivo-motoria l'osservazione diretta del comportamento motorio degli studenti ha determinato la scelta degli interventi ritenuti idonei per dotare gli studenti degli strumenti necessari al raggiungimento delle competenze attese. Tale scelta è stata operata sempre al fine di consentire la partecipazione e la crescita formativa di tutti gli alunni, dando ad ognuno la possibilità di esprimersi nella forma più variata e nello stesso tempo più vicina alla propria personalità, all'interno delle differenti proposte educative. Particolare attenzione è stata riservata anche alle scelte didattiche finalizzate al potenziamento delle eccellenze.

SPAZI E STRUMENTI UTILIZZATI

Le lezioni sono state svolte nella palestra dell'Istituto, nel campo polivalente esterno e in classe. Ci si è avvalsi dei piccoli e grandi attrezzi in dotazione alla palestra "codificati e non codificati". Per l'approfondimento dei temi proposti, per la didattica alternativa legata alle problematiche degli alunni esonerati, per la preparazione teorica mirata alle verifiche orali e scritte del primo e secondo Quadrimestre e per la preparazione all'Esame di Stato è stato utilizzato il libro di testo "Competenze motorie"

Durante le lezioni in classe ci si è avvalsi dell'utilizzo della LIM per la visione di PPT e video didattici. Gli studenti hanno utilizzato la piattaforma Classroom.

VERIFICHE E CRITERI DI VALUTAZIONE

Le verifiche proposte, sia pratiche che scritte/orali, e i criteri adottati per la valutazione delle verifiche (consultare la griglia inserita nel PTOF) sono stati elaborati in base a:

- analisi del percorso effettuato dall'alunno, in relazione alla situazione di partenza e a quella finale.
- verifica del raggiungimento degli obiettivi prefissati (competenze specifiche) attraverso l'osservazione costante del comportamento motorio.
- osservazione della qualità della prestazione riferita a diverse e specifiche abilità motorie.
- verifica del livello delle conoscenze teoriche acquisite.
- attenzione, impegno, competenza ed autonomia nel lavoro svolto.
- verifica del livello di maturazione, socializzazione e di interazione dell'alunno nel gruppo classe.

Il voto è scaturito dalla media delle verifiche effettuate nei due differenti periodi dell'anno scolastico. Nel primo quadrimestre sono state effettuate tre prove di verifica, una verifica scritta e due pratiche; nel secondo quadrimestre sono state effettuate quattro prove di verifica, due verifiche scritte e due pratiche.

CONTENUTI PRATICI E TEORICI

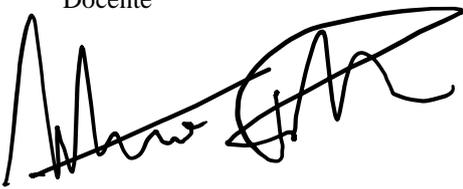
Potenziamento degli schemi motori: l'allenamento della forza e della resistenza. Esercizi a carico naturale e con sovraccarico (manubri, contro resistenza controllata del compagno) Circuiti training.

Potenziamento fisiologico: Esercizi riguardanti: la resistenza, la velocità, la forza, la destrezza, la scioltezza articolare delle articolazioni mobili e semimobili.

Consolidamento del carattere, sviluppo della socialità e del senso civico: Giochi di squadra (Pallavolo, Pallacanestro, Badminton, Rugby), rispetto delle regole il fair play.

Teoria: Presentazioni in PPT, La nomenclatura delle scienze motorie, gli schemi motori di base, le capacità coordinative, le capacità condizionali, il doping, il Rugby.

Docente



Studenti

