



DOCENTE: Schiano di Cola Giovanni	MATERIA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
A.S. 2016 -2017	CLASSE PRIMA SEZ. A ITA

1. SITUAZIONE DI PARTENZA

Livello della classe	Comportamento	N.° ALLIEVI Osservazioni :
<input type="checkbox"/> Medio-alto <input checked="" type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Medio-basso <input type="checkbox"/> Basso	<input checked="" type="checkbox"/> Vivace <input type="checkbox"/> Tranquillo <input checked="" type="checkbox"/> Passivo <input type="checkbox"/> Problematico	

Strumenti utilizzati per l'analisi

X test d'ingresso	X osservazione	<input type="checkbox"/> verifiche alla lavagna
questionari	<input type="checkbox"/> dialogo	<input type="checkbox"/> Altro _____

2. COMPETENZE

Saper gestire esperienze motorie e sportive e possedere le abilità dei principali giochi e sport, dimostrando competenze tecnico – tattiche, e saper rispettare le regole e il ruolo arbitrale

Praticare i valori del fair play, attivare relazioni positive rispettando le diversità e le caratteristiche personali nelle scelte strategiche per la realizzazione di un obiettivo comune.

Saper utilizzare gli aspetti comunicativi del movimento.

Condurre uno stile di vita attivo praticando attività motorie funzionali al proprio benessere.

Applicare i principi fondamentali delle norme igieniche e di prevenzione per la sicurezza e la salute.

CONOSCENZE

Apparato locomotore; definizione delle capacità motorie e conoscenze generali sulle capacità condizionali e coordinative; Elementi tecnici degli sport analizzati; regole di gioco e segnali arbitrali degli sport praticati; Nozioni di base di igiene generale delle attività motorie e sportive; elementi di traumatologia e primo soccorso; Conoscere le caratteristiche delle varie tipologie di attività motorie e sportive in ambiente naturale

3. ABILITA'

Riuscire ad attivarsi, in maniera consapevole, per ottenere miglioramenti nelle proprie capacità motorie;

Saper ricondurre le esercitazioni pratiche svolte alle categorie fondamentali che riguardano le capacità motorie. Comprendere e praticare le regole comportamentali che sottendono all'esecuzione delle attività motorie e sportive esaminate;

riuscire ad inserirsi attivamente nelle esercitazioni motorie e nei giochi sportivi;

essere in grado di confrontarsi con gli altri con atteggiamento collaborativo rispetto ai compiti assegnati .

Sapersi adoperare per arbitrare un incontro;

utilizzare le conoscenze acquisite relativamente a riscaldamento, abbigliamento, alimentazione, idratazione, traumatologia, per un corretto approccio alle attività programmate.

Essere in grado di muoversi con adeguata disinvoltura in ambiente naturale adattandosi alle caratteristiche dell'ambiente stesso.



4. CONTENUTI (i contenuti essenziali sono esplicitati nelle programmazioni di dipartimento)

• Ricerca di situazioni non abituali del corpo nello spazio e nel tempo, miglioramento dell'equilibrio e della coordinazione. • Attività motoria come linguaggio. • Attività per il miglioramento delle capacità di gestione del canale cinestetico, tattile, visivo, uditivo. • Esercitazioni di preatletica, esercizi d'avviamento ai giochi sportivi, grandi e piccoli attrezzi. • Esercizi di mobilità articolare, allungamento muscolare, potenziamento muscolare a carattere generale. Esercizi a carico naturale e con piccoli attrezzi. • Attività a prevalenza aerobica e muscolare in circuito. Sviluppo e miglioramento delle capacità cardiocircolatorie e delle capacità fisiche (forza, resistenza, velocità e flessibilità) • Giochi sportivi di squadra : esercizi fondamentali individuali della pallavolo, del calcio a cinque e del tennis tavolo, del badminton, della pallapugno • Giochi sportivi individuali: atletica leggera, didattica della corsa di resistenza ,della corsa veloce, dei salti e dei lanci. • Marcia e corsa in ambiente naturale

5. METODI

☒ Lezione frontale
☒ Lavori di gruppo
 ☒ eterogenei al loro interno
 ☒ per fasce di livello
 ☐ altro
☐ Altro

6. STRUMENTI

<input checked="" type="checkbox"/> Libro di testo	<input type="checkbox"/> Sussidi audiovisivi
<input type="checkbox"/> Testi didattici di supporto	<input type="checkbox"/> film
<input type="checkbox"/> Stampa specialistica	<input type="checkbox"/> documentario
<input type="checkbox"/> Scheda predisposta dall'insegnante	<input type="checkbox"/> filmato didattico
<input type="checkbox"/> Computer	<input type="checkbox"/> altro
<input type="checkbox"/> Uscite sul territorio	
<input checked="" type="checkbox"/> Piccoli e grandi attrezzi convenzionali e non	

Attività di recupero e sostegno

Le attività di recupero e sostegno si attueranno durante le ore curriculari sia a piccoli gruppi eterogenei che individualmente. Dove necessario sarà messa in atto una didattica personalizzata.



7. VERIFICA E VALUTAZIONE

Verifiche scritte

- ☐ Quesiti (Q)
- ☐ Vero/falso (V/F)
- ☒ Scelta multipla (SM)
- ☐ Completamento (C)
- ☐ Libero (L)
- ☐ Altro

Verifiche orali

- ☐ Interrogazione (I1)
- ☐ Intervento (I2)
- ☒ Dialogo (D1)
- ☒ Discussione (D2)
- ☐ Ascolto (A)
- ☐ Altro

Periodo: Durante ogni lezione.

Criteri di valutazione

Le verifiche si basano su alcuni test e prove multiple e sull'osservazione sistematica durante la pratica delle attività sportive; si terrà conto del grado di coordinazione raggiunta, precisione esecutiva, livello di capacità motorie evidenziato, strategie e tattiche adottate e del significativo miglioramento conseguito da ogni studente. Per l'attribuzione dei voti sarà presa in massima considerazione l'interesse e la partecipazione alle lezioni, il rispetto delle regole.

ATTIVITA' AGGIUNTIVE E PROGETTI

Giochi Sportivi Studenteschi,
Progetto "Sport anch'io"