



**E. FERRARI**  
Battipaglia (Sa)

## SCHEDE DI PROGRAMMAZIONE EDUCATIVO - DIDATTICA

<b>DOCENTE: CAROLA MONICA MICHELA</b>		<b>MATERIA: SCIENZE MOTORIE</b>
<b>A.S. 2017 -2018</b>	<b>CLASSE PRIMA SEZ. E</b>	
<b>1. SITUAZIONE DI PARTENZA</b>		
<b>Livello della classe</b>	<b>Comportamento</b>	<b>N.° ALLIEVI Osservazioni :</b>
<input type="checkbox"/> Medio-alto	<input type="checkbox"/> Vivace	
<input type="checkbox"/> Medio	<input type="checkbox"/> Tranquillo	
<input type="checkbox"/> Medio-basso	<input type="checkbox"/> Passivo	
<input type="checkbox"/> Basso	<input type="checkbox"/> Problematico	
Strumenti utilizzati per l'analisi		
X test d'ingresso	X osservazione	<input type="checkbox"/> verifiche alla lavagna
X questionari	<input type="checkbox"/> dialogo	<input type="checkbox"/> Altro _____
<b>2. COMPETENZE</b>		
<p>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</p> <p>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.</p> <p>Saper utilizzare gli aspetti comunicativi del movimento.</p> <p>Condurre uno stile di vita attivo praticando attività motorie funzionali al proprio benessere.</p> <p>Applicare i principi fondamentali delle norme igieniche e di prevenzione per la sicurezza e la salute.</p>		
<b>CONOSCENZE</b>		
<p>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</p>		
<b>3. ABILITA'</b>		
<p>Riuscire ad attivarsi, in maniera consapevole, per ottenere miglioramenti nelle proprie capacità motorie;</p> <p>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;</p> <p>riuscire ad inserirsi attivamente nelle esercitazioni motorie e nei giochi sportivi;</p> <p>essere in grado di confrontarsi con gli altri con atteggiamento collaborativo rispetto ai compiti assegnati .</p> <p>Sapersi adoperare per arbitrare un incontro;</p> <p>utilizzare le conoscenze acquisite relativamente a riscaldamento, abbigliamento, alimentazione, idratazione,</p>		



**E. FERRARI**  
Battipaglia (Sa)

## SCHEDE DI PROGRAMMAZIONE EDUCATIVO - DIDATTICA

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

X Lezione frontale

X Lavori di gruppo

X eterogenei al loro interno

X per fasce di livello

☐ altro

☐ Altro

### 6. STRUMENTI

X Libro di testo

☐ Sussidi audiovisivi

☐ Testi didattici di supporto

☐ film

☐ Stampa specialistica

☐ documentario

☐ Scheda predisposta dall'insegnante

☐ filmato didattico

☐ Computer

☐ altro

☐ Uscite sul territorio

X Piccoli e grandi attrezzi convenzionali e non

**Attività di recupero e sostegno**



**E. FERRARI**  
Battipaglia (Sa)

## SCHEDE DI PROGRAMMAZIONE EDUCATIVO - DIDATTICA

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



**E. FERRARI**  
Battipaglia (Sa)

## SCHEDA DI PROGRAMMAZIONE EDUCATIVO - DIDATTICA

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"