

I LICEO Sez.A

Scienze Motorie

Docente Teresa Lepore

PROGRAMMA 2019-20

Argomenti:

- ✓ Esercizi di attivazione generale
- ✓ Esercizi di consolidamento delle capacità coordinative e condizionali
- ✓ Gli sport di squadra:
 - cenni regolamentari
 - i fondamentali
 - esercitazioni pratiche
- ✓ Svolgimento di una partita

Obiettivi e finalità

- Valorizzazione dello sport come spazio privilegiato di apprendimento, socializzazione e integrazione
 1. Sviluppo dello spirito collettivo
 2. Sviluppo della capacità organizzativa
 3. Sviluppo dello spirito di iniziativa
 4. Sviluppo del pensiero pratico
- Sviluppo della capacità di analisi e confronto delle situazioni
- Crescita dell'autostima
 - Favorire il corretto sviluppo fisiologico e motorio

Acquisizione del sé nello spazio, percezione del proprio corpo in movimento, corretto utilizzo delle varie parti del corpo; acquisizione di schemi motori tesi all'esecuzione di determinate azioni e al superamento di determinate problematiche

- Favorire il corretto sviluppo emotivo, cognitivo e socio-relazionale
- Acquisizione di corretti stili di vita

Acquisire e mantenere un corretto modo di agire, non solo nell'ambito dell'azione specifica, ma anche in relazione al contesto in cui ci si muove

Contributi specifici dello sport di squadra

1. Imparare a stare in gruppo Conoscenza all' interno del gruppo, superamento delle barriere caratteriali
2. Rispettare il gruppo Imparare a rispettare i singoli componenti del gruppo, nonché il gruppo stesso nella sua totalità (ricezione delle regole interne al gruppo e rispetto delle stesse)
3. Educazione ad una sana competizione nel rispetto del compagno e dell'avversario
4. Sviluppo dello spirito collettivo (ciascuno è al servizio della squadra e viceversa)
 - ✓ Stimolo alla collaborazione attiva
 - ✓ Miglioramento dell'autodisciplina
 - ✓ Stimolo all'autocorrezione

Metodologia didattica

- Lezione frontale (parte teorica, lettura e commento di articoli e pubblicazioni sportive)
- Attività pratiche in palestra e all'aperto
- Lavoro per gruppi differenziati

Verifica e valutazione

- Osservazione sistematica del gruppo
- Test oggettivi
- Osservazione del comportamento di gioco
- Osservazione della disponibilità , consapevolezza, impegno ed interesse dimostrati dagli alunni
- Valutazione dell'atteggiamento verso la materia, sé stessi, gli altri e l'ambiente

Mezzi e spazi da utilizzare

- Palestra dell'Istituto
- Spazi esterni (previa autorizzazione dei genitori)

Materiale sportivo messo a disposizione dall'Istituzione Scolastica

Programmazione integrativa

in seguito all'introduzione della didattica a distanza

Le modifiche nella materia di scienze motorie riguardano l'introduzione di argomenti teorici;

- Atletica Leggera e le varie specialità: la staffetta, la corsa a ostacoli, la corsa veloce e la partenza dai blocchi.
- Giochi di Squadra: la Pallacanestro, i fondamentali individuali, ruoli dei giocatori, le regole di gioco e l'arbitraggio.
- Salute e alimentazione.
- Gli effetti psicologici del movimento

Principali modalità di realizzazione della didattica a distanza

- Assegnazione di compiti sulla piattaforma Collabora tramite: dispense, ricerche, video disponibili in rete, test a selezione multipla.
- Videolezioni durante le quali sono stati proposti semplici esercizi fisici, slide per spiegazione dei vari argomenti, proiezione di video relativi alla tecnica di esecuzione dei fondamentali tecnici affrontati.

Materiali di studio proposti, ad integrazione del libro di testo e ad integrazione o in sostituzione di quanto già previsto nella programmazione disciplinare

- Utilizzo per la parte teorica del libro di testo parte digitale
- Schede di esercizi da compilare
- Visione di filmati

Valutazioni e verifiche

- Discussione e commento durante le videolezioni, del lavoro svolto a casa.
- Svolgimento di ricerche proposte in piattaforma
- Questionari nel corso delle videolezioni
- Esecuzione di esercizi pratici durante le videolezioni
- Piccole sfide sportive da eseguire a casa.

Per i criteri di valutazione si rinvia a quanto indicato nel Piano dell'offerta formativa e alle deliberazioni del Collegio docenti

