

LICEO CLASSICO E LINGUISTICO STATALE "ARISTOFANE"

ANNO SCOLASTICO 2014 -2015

## PROGRAMMAZIONE DIDATTICA DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

**DOCENTE:** FEDERICA SLEITER

**CLASSE:** 3CL

Programmazione disciplinare	
<b>Descrizione della classe</b>  <b>Situazione iniziale</b>	La classe risulta composta di 26 studenti, 20 femmine e 6 maschi. La classe si presenta vivace, ma partecipe e collaborativa. Risponde con impegno alla proposta didattica sia pratica che teorica. <b>20% buono</b> <b>80% sufficiente</b>
<b>Finalità generali</b>	<b>Consapevolezza della propria corporeità; equilibrato sviluppo fisico e neuromotorio; acquisizione del valore di stili di vita sani e attivi; acquisizione di competenze di cittadinanza attraverso la pratica delle diverse attività sportive.</b>
<b>Concetti fondamentali della disciplina</b> <b>Macroargomenti</b>	Sviluppo delle capacità condizionali e ampliamento delle capacità coordinative. Realizzazione di schemi motori complessi. Conoscenza funzionale del corpo umano (apparati cardio-circolatorio e respiratorio). Fondamentali individuali e di squadra, regole e arbitraggio, aspetti tecnico-tattici degli sport proposti. Norme di sicurezza a scuola, in palestra, negli spazi aperti. Educazione alla salute. Educazione posturale. Attività in ambiente naturale.
<b>Conoscenze</b> Le conoscenze indicano il risultato dell'assimilazione di informazioni attraverso l'apprendimento. Le conoscenze sono l'insieme di fatti, principi, teorie e pratiche, relative a un settore di studio o di lavoro; le conoscenze sono descritte come teoriche e/o pratiche. <b>Sapere</b>	<b>Obiettivi didattici</b> Si rimanda alla programmazione di dipartimento Si rimanda alla programmazione di dipartimento

<p><b>Abilità</b> Le capacità di applicare conoscenze e di usare know-how per portare a termine compiti e risolvere problemi; le abilità sono descritte come cognitive (uso del pensiero logico, intuitivo e creativo) e pratiche (che implicano l'abilità manuale e l'uso di metodi materiali e strumenti)</p> <p><b>Saper fare</b></p>	Si rimanda alla programmazione di dipartimento	
<p><b>Competenze</b> Le competenze indicano la comprovata capacità di usare conoscenze, abilità e capacità personali, sociali e/o metodologiche, in situazioni di lavoro o di studio e nello sviluppo professionale e/o personale; le competenze sono descritte in termini di responsabilità e autonomia.</p>	Si rimanda alla programmazione di dipartimento	
<p><b>Contenuti disciplinari</b></p>	<b>Articolazione per trimestre</b>	
	Settembre/Dicembre	<p>Sviluppo di schemi motori complessi: esercizi a corpo libero, individuali e a coppie, spazio-temporali, in equilibrio statico e dinamico. Potenziamento fisiologico: esercizi di resistenza in regime aerobico attraverso percorsi misti e circuiti; esercizi di mobilità articolare. Giochi di squadra (pallavolo, calcetto) e sport individuali (atletica). Norme di sicurezza. Elementi di conoscenza del corpo umano (apparato cardio-circolatorio).</p>
	Gennaio/Marzo	<p>Sviluppo di schemi motori complessi: esercizi a corpo libero e con piccoli attrezzi; piccole combinazioni; esercizi ai grandi attrezzi. Potenziamento fisiologico: attività in regime aerobico, esercizi per lo sviluppo della forza e della velocità; esercizi di mobilità articolare. Ginnastica posturale. Giochi di squadra (pallavolo, calcetto) e sport individuali. Educazione alla salute. Conoscenza del corpo umano (apparato respiratorio).</p>

	Marzo /Giugno	Potenziamento fisiologico: esercizi di mantenimento. Ginnastica posturale. Schemi di attacco e difesa nei giochi sportivi. Metodiche di allenamento. Attività in ambiente naturale.
<b>Metodologia</b>	L'insegnamento si avvarrà di: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Esercitazioni pratiche</li> <li>• Lezioni frontali</li> <li>• Discussioni</li> <li>• Lavori di gruppo</li> <li>• Approfondimenti</li> <li>• Relazioni</li> <li>• Conferenze di esperti esterni</li> </ul>	
<b>Verifiche</b> Le verifiche sommative saranno finalizzate all'accertamento del raggiungimento degli obiettivi prefissati per le varie unità. Ci si avvarrà in particolare di:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Test motori</li> <li>• Elaborati scritti</li> <li>• Verifiche orali</li> <li>• Lavoro di gruppo</li> <li>• Approfondimenti individuali</li> </ul> <p>Nel corso dell'anno sono previste non meno di due verifiche pratiche e scritte/orali nel trimestre e nel pentamestre.</p>	
<b>Valutazione</b>	La valutazione verrà articolata sulla base dei seguenti elementi: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Test motori</li> <li>• Verifiche scritte/orali</li> <li>• Costanza nella frequenza</li> <li>• Impegno regolare</li> <li>• Partecipazione attiva</li> <li>• Interesse particolare per la disciplina</li> <li>• Partecipazione ad attività extracurricolari attinenti alla disciplina</li> <li>• Approfondimento autonomo</li> </ul>	
<b>Criteri e parametri di verifica</b>	<p>Nella riunione di dipartimento tenutasi in data <b>26/09/2014</b> sono stati concordati i criteri ed i parametri di verifica che fanno parte del POF 2014/2015.</p> <p>Per quanto riguarda gli indicatori di valutazione si rimanda alle griglie specifiche elaborate nella stessa riunione, deliberate dal Collegio Docenti (seduta del 9/10/2014).</p>	
<b>Attività di sostegno e recupero</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Recupero curriculare</li> </ul>	
<b>Attività di approfondimento</b>	<p>Lettura di testi (romanzi, biografie, articoli) che affrontano tematiche relative al mondo dello sport in prospettiva interdisciplinare.</p> <p>Partecipazione ad attività dimostrative di conoscenza di sport olimpici e in ambiente naturale.</p>	
<b>Attività complementari e integrative</b>	<p>Nella riunione del consiglio di classe tenutasi il <b>01/10/2014</b> in ordine alle attività complementari, integrative o inter-multidisciplinari sono state fatte le seguenti proposte:</p> <p>Adesione al progetto "Lo sport fuori delle mura scolastiche".</p> <p>Visita didattica alla mostra "Body worlds" (scienze motorie/scienze).</p>	

N.B.: La scelta delle attività sportive sarà condizionata dalla disponibilità degli spazi e delle attrezzature idonee.

Il docente  
Federica Sleiter

Roma, **29/11/2014**