

ITI “E. Barsanti”

PROGRAMMA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

ANNO SCOLASTICO 2023/2024

Classe 1 A

Docente: *prof. Ciro Vitiello*

Gli obiettivi di apprendimento inerenti alle scienze motorie e sportive che caratterizzano la programmazione, sono divisi in specifici ambiti. I vari ambiti, uguali nel primo biennio, secondo biennio e quinto anno, si differenziano per le conoscenze e abilità da apprendere e fondano l'individualizzazione della proposta di apprendimento (teorico e pratico) sulla rilevazione della difficoltà che ciascun allievo incontra nel conseguire determinati obiettivi.

UDA 1

CONOSCERE IL PROPRIO CORPO

Conoscenze da acquisire:

- Apparato locomotore;
- Apparato cardio-circolatorio;

Abilità da acquisire:

Conoscere le funzioni principali degli apparati e dei sistemi del corpo umano

UDA 2

MOTRICITA'

Conoscenze da acquisire:

- Schema corporeo e processi motori;
- Capacità motorie.

Abilità da acquisire:

Elaborare risposte motorie efficaci in situazioni complesse

UDA 3

METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO

Conoscenze da acquisire:

- La terminologia ginnastica;
- Assi e piani;
- Piccoli e grandi attrezzi;
- Riscaldamento;
- Carico di lavoro;
- Defaticamento;
- Mobilità articolare e flessibilità.

Abilità da acquisire:

Consolidare gli schemi motori e sviluppare le capacità fisiche

UDA 4

GIOCO, GIOCO-SPORT E SPORT

Conoscenze da acquisire:

- Giochi olimpici nell'antichità;
- Le Olimpiadi moderne;
- I giochi olimpici nell'era moderna;
- Sport individuali;
- Sport di squadra.

Abilità da acquisire:

- Trasferire e ricostruire autonomamente, semplici tecniche, strategie e regole, adattandole alle capacità, esigenze, spazi e tempi di cui si dispone;*
- Utilizzare il lessico specifico della disciplina.*

UDA 5

EDUCAZIONE ALLA SALUTE

Conoscenze da acquisire:

- Igiene e sport
- I principi alimentari
- Cenni del doping
- La postura;
- Cenni di primo soccorso.

Abilità da acquisire:

- Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza in palestra, a scuola e negli aperti.*
- Assumere comportamenti attivi finalizzati ad un miglioramento dello stato di salute e di benessere.*

EDUCAZIONE CIVICA PRIMO ANNO

SCIENZE MOTORIE 3 ORE Educazione alla salute:
impronta ecologica

In merito alla **metodologia didattica**, è stata elaborata una procedura che prevede:

- una accurata definizione degli obiettivi (gli ambiti) che si intendono osservare durante e al termine del percorso di istruzione;
- l'articolazione della proposta in segmenti (o unità), ciascuno dei quali corrisponda all'acquisizione di competenze specifiche;
- la verifica continua, attraverso test formativi (pratici e teorici), del modo in cui ciascun allievo procede nel conseguimento degli obiettivi;
- l'attivazione tempestiva, sulla base delle informazioni rilevate per ciascun allievo con i test formativi, di interventi ulteriori in caso di difficoltà;
- la verifica periodica (per esempio, dopo alcune unità), attraverso test sommativi della capacità degli allievi di utilizzare in modo aggregato le competenze precedentemente rilevate in modo analitico attraverso i test formativi.

Le lezioni teoriche saranno frontali e interattive, con l'ausilio del pc. Le lezioni pratiche verranno svolte nelle due palestre dell'istituto.

In merito all'*attività valutativa*, la valutazione, sia quella inerente all'attività fisica e sportiva sia quella inerente alla teoria, sarà associata a tutte le fasi del processo educativo. Dal punto di vista della collocazione temporale, ci sarà una valutazione iniziale, intermedia e finale. Con la valutazione iniziale si avrà la stima della difficoltà che gli allievi incontreranno nel percorso di istruzione. Attraverso la valutazione intermedia ci saranno interventi individualizzati di compensazione della difficoltà di apprendimento. Infine, con la valutazione finale, si andrà a sollecitare l'integrazione delle competenze acquisite durante il percorso di apprendimento.