

Programmazione disciplinare triennio

Obiettivi specifici di apprendimento

1. La percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie espressive.
2. Consolidamento di una cultura motoria e sportiva. Lo sport, le regole e il fair play.
3. Salute, sicurezza, benessere e prevenzione
4. Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico

Conoscenze

1. Terminologia corretta e specifica delle Scienze motorie e sportive
2. Classificazione delle capacità motorie condizionali e coordinative.
3. Principi dell'allenamento sportivo e metodologia di miglioramento delle capacità motorie
4. Principi di educazione alimentare
5. Forme di dipendenza ed interazione con attività sportiva (fumo,doping,ecc.)
6. Espressione corporea: la comunicazione non verbale
7. Conoscenza dei regolamenti di alcune discipline sportive
8. Conoscenza ed applicazione norme igienico-sanitarie ed alimentari indispensabili al benessere individuale
9. Conoscenza dei comportamenti adeguati per prevenire infortuni e primo soccorso.
10. Storia dello sport

Competenze

COMPETENZA 1: Padronanza e conoscenza del movimento e della corporeità

COMPETENZA 2: Conoscenza e promozione di stili di vita per il conseguimento del benessere attraverso la pratica sportiva e per il mantenimento della salute.

COMPETENZA 3: Conoscenza e pratica delle diverse discipline sportive, delle tecniche e delle strategie tattiche, delle regole e dei valori sportivi

Scansione contenuti

(SI PRECISA CHE ALCUNI CONTENUTI DI BIENNIO E TRIENNIO COINCIDONO, MA SI DIFFERENZIANO IN CIASCUN ANNO DI CORSO A LIVELLO DI CARICO, INTENSITA' DEL LAVORO, DI PRECISIONE ED EFFICACIA ESECUTIVA E DI PERSONALIZZAZIONE DEL GESTO SPECIFICO IN FUNZIONE DELLA SITUAZIONE CONTESTUALE).

CLASSE	TEORIA	PRATICA
TERZO ANNO	<ul style="list-style-type: none"> - Regolamento di almeno una disciplina sportiva - Storia dello sport (Olimpiadi, passaggio dal dilettantismo al professionismo, ...) - Prevenzione infortuni 	<ul style="list-style-type: none"> - Attività di resistenza - Affinamento schemi motori di base - Schemi motori complessi. -Attività di potenziamento delle capacità condizionali
QUARTO ANNO	<ul style="list-style-type: none"> - Teoria dell'allenamento - Etica e sport (doping, fumo, droghe, alcool, ...) - Il linguaggio non verbale -Effetti del movimento sugli apparati 	<ul style="list-style-type: none"> - Attività di resistenza - Gestione individuale schemi motori di base - Finalizzazione del gesto motorio. -Attività di potenziamento delle capacità condizionali
QUINTO ANNO	<ul style="list-style-type: none"> - Nozioni e metodologia di intervento di primo soccorso - Sport nell'era moderna (nuove discipline, sport paraolimpici, ...) 	<ul style="list-style-type: none"> - Attività di resistenza - Attività motoria individuale o di squadra nel limite (inclusivo, simulando un handicap fisico). -Attività individuali e di gruppo gestite in autonomia

Coordinate metodologiche

- 1) Lezioni frontali e dialogate pratiche e teoriche
- 2) Didattica integrata
- 3) Attività individuali e/o di gruppo, in presenza o da remoto.
- 4) Strumenti: palestre, attrezzi codificati e non, spazi all'aperto, testi, internet, LIM
- 5) Eventuali attività sportive particolari con tariffa di accesso agli impianti a carico dell'utenza.

Verifiche

Almeno due per ciascun periodo valutativo mediante test pratici, colloqui, test e prove scritte, presentazioni multimediali.

Criteri di valutazione

L'alunno verrà valutato utilizzando la griglia di valutazione comune

Sarà valutato il grado di conoscenze e l'acquisizione delle competenze richieste tenendo conto anche del livello di partenza dello studente e del miglioramento osservabile nella periodizzazione del lavoro proposto. La valutazione pratica può comprendere anche conoscenze teoriche.

Griglia Di Valutazione

VOTO	CONOSCENZE	COMPRESIONE	PRATICA
4	Nessuna o molto lacunose	Scarsa o nulla	Mancata esecuzione della richiesta motoria.
5	Frammentarie e lacunose	Difficoltosa ed imprecisa	E' in grado di mettere in atto solo pochi aspetti relativi alla richiesta motoria
6	Essenziali	Solo dei concetti fondamentali	Esecuzione globalmente funzionale alla richiesta motoria
7-8	Buone/ con qualche approfondimento dei contenuti	Per lo più corretta/con qualche apporto personale	E' in grado di compiere la richiesta motoria nella sua globalità con una certa padronanza del gesto.
9-10	Completa / approfondita	Personale/rielaborata	Esegue quanto richiesto a livello motorio con precisione , interpreta e rielabora il gesto in modo personale ed efficace.

3

Commento [u1]:

COMPETENZA 1: Padronanza e conoscenza del movimento e della corporeità.

Livello A	Livello B	Livello C	Livello D
Lo studente conosce e sa utilizzare una significativa varietà di gesti, movimenti e abilità in contesti complessi	Lo studente conosce e sa utilizzare una buona varietà di gesti, movimenti e abilità nei diversi contesti	Lo studente conosce e sa utilizzare una sufficiente varietà di gesti, movimenti e abilità nei diversi contesti	Lo studente conosce e sa utilizzare una limitata varietà di gesti, movimenti e abilità in contesti semplici

COMPETENZA 2: Conoscenza e promozione di stili di vita per il conseguimento del benessere attraverso la pratica sportiva e per il mantenimento della salute

Livello A	Livello B	Livello C	Livello D
Lo studente adotta autonomamente e comprende in modo ampio il concetto di benessere psicofisico e adotta corretti stili di vita e comportamenti attivi rispetto ad alimentazione, igiene, attività fisica, che durano nel tempo	Lo studente assume ed è consapevole di corretti stili di vita, funzionali al miglior stato di benessere in situazioni predefinite o programmate.	Lo studente conosce e mette in atto comportamenti e stili di vita, funzionali al miglioramento dello stato di benessere, limitatamente alle indicazioni ricevute rispetto al contesto	Su sollecitazione, lo studente adegua comportamenti e stili di vita alle richieste.

4

COMPETENZA 3: Conoscenza e pratica delle diverse discipline sportive, delle tecniche e delle strategie tattiche, delle regole e dei valori sportivi .

Livello A	Livello B	Livello C	Livello D
Lo studente conosce ed utilizza il gesto tecnico con precisione. Conosce e rispetta le regole ed affronta le attività in modo collaborativo e trainante valorizzando le capacità proprie e dei compagni ed è consapevole dell'aspetto etico dello sport.	Lo studente conosce e utilizza i gesti tecnici correttamente. Conosce e rispetta le regole e collabora con i compagni per il raggiungimento degli obiettivi previsti; sa assumere comportamenti leali e rispettosi anche nei confronti degli avversari di gioco.	Lo studente conosce ed utilizza globalmente i gesti e le regole principali di un'attività specifica. Conosce i principi basilari del fair play.	Lo studente conosce ed applica le risposte adeguate al contesto, ma non sempre interagisce col gruppo in modo funzionale, pur riconoscendo i principi basilari del fair play.

