



Istituto Tecnico Industriale “ L. Trafelli”

PROGRAMMAZIONE

Scienze delle Attività Motorie

OBIETTIVI EDUCATIVI

- X** Porsi in relazione in modo corretto;
- X** Saper lavorare in gruppo;
 - Saper utilizzare i depositi delle informazioni (biblioteca, schedari, archivi elettronici);
- X** Adattarsi a situazioni nuove;
- X** Essere flessibili nell'affrontare i problemi;
- X** Sapersi assumere responsabilità (nei confronti dell'ambiente scolastico, dell'orario, delle scadenze).

CONOSCENZE

Apparato scheletrico, articolare, muscolare, cardio-circolatorio e respiratorio

Le capacità coordinative: controllo, adattamento, organizzazione

Le capacità condizionali: resistenza, forza, velocità

Fondamentali e regolamento tecnico di almeno due sport: pallavolo, pallamano, tennis tavolo, pallacanestro, calcio a 5, badminton e giochi vari propedeutici alle varie specialità sportive.
Il fair play.

L'atletica leggera e le specialità dei campionati studenteschi.

I traumi sportivi, il doping, l'alimentazione.

COMPETENZE

Saper lavorare in gruppo
Saper affrontare situazioni problematiche.
Conoscere e saper rispettare le regole che caratterizzano la frequenza dell'ambiente sportivo.
Saper mostrare autonomia nelle scelte e nella gestione del gruppo
Saper riconoscere i propri limiti
Avere capacità di autocontrollo
Avere capacità critica e autocritica
Avere consapevolezza di sé
Avere disponibilità e motivazione
Individuare le attività che sviluppano le diverse capacità motorie (condizionali e coordinative)
Applicare le proprie conoscenze per migliorare il proprio benessere psico-fisico.

CONTENUTI

Il corpo umano: apparato respiratorio,circolatorio,muscolare.
Tennis tavolo,pallavolo, ,pallamano,pallacanestro, calcio a 5,badminton, dodgeball, orienteering, fondamentali e giochi vari propedeutici alle varie specialità sportive.
Capacità coordinative e condizionali.
Esercizi applicativi- traumi sportivi.
Capacità coordinative e condizionali.
Tecnica e tattica di squadra,esercizi applicativi,gioco,regolamento,arbitraggio,atletica, specialità dei campionati sportivi studenteschi.
Alimentazione e doping.

OBIETTIVI MINIMI

1	Saper riferire in modo semplice, essenziale comprensibile gli argomenti svolti durante l'anno.
2	Essere in grado di eseguire, pur con qualche imprecisione, il gesto di un gioco sportivo di squadra o di una specialità individuale.
3	Eseguire, anche in forma approssimativa, i fondamentali individuali di almeno una della specialità sportive praticate (es: calcio a 5, pallavolo, pallacanestro....)
4	Partecipare all'attività e dimostrare l'impegno minimo richiesto. Evitare di sottrarsi alle attività proposte.
5	Rispettare i locali e le norme di comportamento in palestra e nell'ambiente circostante esterno. Utilizzare l'abbigliamento idoneo per lo svolgimento delle attività sportive

METODI

- Lezioni frontali
- Lavori di gruppo
- Classi aperte
- Attività in palestra
- Esercitazioni pratiche

STRUMENTI

- | | |
|--|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Libro di testo | <input checked="" type="checkbox"/> Uscite sul territorio |
| <input checked="" type="checkbox"/> Stampa specialistica | <input checked="" type="checkbox"/> Filmati didattici |
| <input checked="" type="checkbox"/> Campo Scuola | <input checked="" type="checkbox"/> Avviamento alla pratica sportiva e G.S.S. |

STRATEGIE PER IL SUPPORTO ED IL RECUPERO

- Lezioni tenute dal docente titolare a tutta la classe sulle parti di programmazione da recuperare
- Lezioni tenute dal docente titolare ad un gruppo di alunni mentre altri studenti sono impegnati in altre attività
- Momenti di apprendimento guidato con la consulenza del docente
- Collaborazione con altri docenti, anche di altre classi
- Effettuazione di frequenti verifiche formative

VERIFICHE		
------------------	--	--

VERIFICHE SCRITTE

X Quesiti

VERIFICHE ORALI

X Dialogo
X Discussione

VERIFICHE PRATICHE

X Pratica sportiva
e psicomotoria

FATTORI CHE CONCORRONO ALLA VALUTAZIONE PERIODICA E FINALE

- X** Interazione e partecipazione al lavoro di classe
- X** Motivazione ed interesse
- X** Impegno
- X** Progressione nell'apprendimento e nell'acquisizione di comportamenti idonei
- X** Livello della classe
- X** Possesso dei requisiti richiesti
- X** Raggiungimento degli obiettivi
- X** Temperamento. Emotività e affettività