Scienze Motorie Sportive

MODELLO DI PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE PER COMPETENZE

ISTITUTO POLISPECIALISTICO " E.FERRARI " ANNO SCOLASTICO 2024-25

INDIRIZZO TECNICO GRAFICA via Savorito

CLASSE 4 SEZIONE aTG

DISCIPLINA SCIENZE MOTORIE SPORTIVE

DOCENTE ROSANNA PIEDEPALUMBO

QUADRO ORARIO (N. ore 2 settimanali)

1. **FINALITA'**

L'insegnamento delle Scienze Motorie Sportive costituisce un prezioso contributo alla formazione dello studente, veicolando l'apprendimento per una crescita sana e armonica della persona. Particolare attenzione è rivolto ad uno stile di vita corretto, ad un benessere psicofisico e ad una sana alimentazione, inoltre favorisce l'armonico sviluppo dell'adolescente agendo in forma privilegiata sull'area motoria della personalità, tramite il miglioramento delle capacità fisiche e neuro muscolari.

2. ANALISI DELLA SITUAZIONE DI PARTENZA

PROFILO GENERALE DELLA CLASSE:

La classe nel complesso mostra un interesse notevole verso la disciplina, gli alunni partecipano con attenzione e assiduità alle lezioni. Il rispetto delle regole della comunità scolastica è buono così come il comportamento e la disciplina. Dati della classe 4 sez. A TG: 8 alunni di cui 6 maschi e 2 femmine.
La struttura scolastica non e' provvista di un'idonea palestra ma di un cortile all'interno dell'edificio, la programmazione didattica sarà espletata attraverso moduli teorici e moduli pratici.

FONTI DI RILEVAZIONE DEI DATI:

X griglie, questionari conoscitivi,
(domande a risposta aperta)

X tecniche di osservazione

X colloqui con gli alunni

LIVELLI DI PROFITTO

SCIENZE MOTORIE SPORTIVE	LIVELLO BASSO (voti inferiori alla sufficienza) _____ N. Alunni	LIVELLO MEDIO (voti 6-7) _____ N.Alunni 100%	LIVELLO ALTO (voti 8-9-10) _____ N. Alunni…… (%)……

PROVE UTILIZZATE PER LA RILEVAZIONE DEI REQUISITI INIZIALI:
Tests d'ingresso: (Domanda a risposta aperta su alimentazione, comportamenti socio relazionali e abitudini di vita)

3. QUADRO DEGLI OBIETTIVI DI COMPETENZA

ASSE CULTURALE dei Linguaggi.

Competenze disciplinari	1. Cooperare in un gruppo adottando e rispettando regole comportamentali. 2. Conoscere l'anatomia e la fisiologia del corpo umano. 3.Prendere coscienza della propria corporeità e di uno stile di vita sano al fine di perseguire quotidianamente il proprio benessere individuale. 4. Principi di una sana alimentazione per un benessere psicofisico.Obiettivo 3. Agenda 2030. Salute e benessere.

ARTICOLAZIONE DELLE COMPETENZE IN ABILITA' E CONOSCENZE

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
Assumere una postura corretta riconoscendola come elemento fondamentale della salute e del benessere e strumento di prevenzione	Utilizzare efficacemente i dati senso-percettivi in funzione di una postura corretta. Consolidare le capacita' coordinative e condizionali attraverso l'attività motorie e sportiva.	Conoscere la senso-percezione in funzione della postura corretta - Conoscere le capacità coordinative e condizionali e le loro caratteristiche di

		sviluppo in ambito adolescenziale.
Sperimentare esperienze di molteplici discipline sportive che permettano di conoscere alcune tecniche e regole di base e di avere consapevolezza del valore e del rispetto delle regole in ambiti diversi	Saper riconoscere negli alimenti i principi nutritivi che possono essere alla base di un'alimentazione sana e corretta. Sapere cosa s'intende per dieta mediterranea e quali alimenti la compongono Eseguire correttamente azioni motorie e sportive finalizzate al miglioramento delle capacità condizionali e coordinative.	Saper la tecnica e il regolamento di almeno due sport : Dama e scacchi . Sapere e conoscere i fondamentali di almeno 2 sports di squadra: Pallavolo e Badminton. Sapere la tecnica del gioco del tennis tavolo. Analizzare la Piramide alimentare per personalizzare le proprie abitudini di vita sotto l'aspetto nutrizionale
Conoscere e mettere in pratica i concetti di salute, benessere sicurezza e prevenzione - tutelare il proprio benessere attraverso la conoscenza e l'utilizzo di principi di prevenzione per la sicurezza in palestra, in casa e all'aperto - conoscere norme sanitarie e alimentari	Adottare uno stile di vita sano e di benessere psicofisico. Utilizzare le nozioni di sicurezza in ambito sociale e sportivo.	Concetto di sistema muscolare e scheletrico -Struttura, localizzazione e funzione dei principali muscoli, ossa e articolazioni, con particolare riferimento al rachide - Paramorfismi e dismorfismi
Entrare in relazione positiva con la natura, anche attraverso esperienze e visite sul territorio con passeggiate in ambiente naturale	Il concetto di Fair Play non solo in ambito sportivo: ma sociale e relazionale.	Conoscere e prevenire i principali traumi sportivi e adottarne le misure di primo soccorso. Il concetto di allenamento e il Doping. Le dipendenze.

4. CONTENUTI DEL PROGRAMMA

MODULI TEORICI Periodo di svolgimento 1° e 2° quadrimestre.

- Il rispetto delle regole e il Fair play
- Lo schema corporeo e la postura corretta
- Apparato scheletrico e articolare
- La colonna vertebrale: paramorfismi e dimorfismi
- Apparato muscolare e le proprietà dei muscoli
- Il sistema nervoso e vie della motricita'
- I principali traumi nella pratica sportiva
- I principi nutritivi ed una sana alimentazione
- Nozioni di primo soccorso
- Tecniche di arbitraggio di almeno 2 sports di squadra.

MODULI PRATICI Periodo di svolgimenti 1° e 2° quadrimestre

- Semplici esercizi di educazione posturale, esercizi per la mobilita' articolare.
- Gioco della dama e scacchi
- Ginnastica di base a corpo libero
- Corsa e andature varie
- Fondamentali della Pallavolo e del Badminton. Tennis tavolo.

5. MODULI INTERIDISCIPLINARI

UDA interdisciplinare: "Pesi e misure". Le misure nello sport.(Dimensione campi da gioco, attrezzi sportivi, misure corporee antropometriche ed indici antropometrici legati alla salute).
Uda interdisciplinare di educazione Civica: Le tre R dello sviluppo sostenibile.

- Favorire la maturazione del senso di responsabilità civica, sociale e solidale degli studenti, concretamente verificata in attività e iniziative personali e di gruppo, a livello locale, regionale, nazionale ed europei
- .Stabilire contatti e forme di collaborazione tra la scuola, i genitori, le associazioni e le istituzioni, mirate allo sviluppo dell'educazione civica, della legalità e della convivenza pacifica e ordinata
- Agenda 2030. Obiettivo 3 Salute e Benessere. Le 3 R dello sviluppo sostenibile.

6. COMPETENZE TRASVERSALI DI CITTADINANZA

Il valore delle regole. Regolamenti ed educazione alla cittadinanza attiva. Il fair play non solo in ambito sportivo. La tutela della salute, del territorio, dell'ambiente e delle risorse naturali. Favorire il concetto dello sviluppo sostenibile fondato sull'equita',rispetto, impegno ed integrita'.

7. METODOLOGIE

· Costruzione dell'identità sociale e culturale;
· Fruizione dei linguaggi espressivi, la comunicazione verbale e non verbale.
· Espressione creativa di idee, esperienze ed emozioni in un'ampia varietà di mezzi comunicazione.

Attivita': Giochi sportivi studenteschi, Pon, Uscite sul territorio per eventi sportivi.

8. STRUMENTI DIDATTICI

a) Testo adottato.

b) Eventuali sussidi didattici o testi di approfondimento:

c) Lim e Pc

9. MODALITA' DI VALUTAZIONE E DI RECUPERO

Il conseguimento degli obiettivi didattici, individuati all'interno di quelli indicati dai programmi e in relazione ai bisogni degli studenti rilevati con la ***valutazione iniziale****, verrà verificato con correttezza metodologica, cioè nel rispetto dei principi di* ***validità, affidabilità*** *ed* ***obiettività.*** *All'interno di ogni singolo obiettivo deve essere valutato il significativo miglioramento conseguito da ogni studente rispetto ai livelli di partenza. La valutazione terrà conto del grado di raggiungimento degli obiettivi comportamentali (impegno, interesse e partecipazione), degli obiettivi cognitivi (conoscenze teoriche) e di quelli operativi (competenze motorie) attraverso osservazioni sistematiche e prove di verifica relative ai moduli svolti. La valutazione sarà quindi un processo continuo e verrà esplicitata attraverso la scala docimologica approvata in collegio docenti . Le verifiche periodicamente effettuate individuali e di gruppo saranno sempre coerenti con gli obiettivi di apprendimento previsti dal Ptof.*

<table>
<tr><td>TIPOLOGIA DI PROVE DI VERIFICA</td><td>SCANSIONE TEMPORALE</td></tr>
<tr><td>Prove orali 2
Prove pratiche 4</td><td>N. 6 verifiche sommative previste per il I quadrimestre ed il II quadrimestre</td></tr>
<tr><td>MODALITÀ DI RECUPERO</td><td>MODALITÀ DI APPROFONDIMENTO</td></tr>
<tr><td rowspan="2">● Recupero curricolare in itinere</td><td>● Lavori di gruppo
● Video e tutorial specifici della disciplina
● Uda. Pesi e Misure nello sport.
● Visite ed uscite didattiche sul territorio</td></tr>
<tr><td>Attività previste per la valorizzazione delle eccellenze
● Offrire percorsi di approfondimento extrascolastici (gare, competizioni…).</td></tr>
</table>

La Docente

Castellammare di Stabia 14 ottobre 2024

Rosanna Piedepalumbo