

# **IISS PIETRO SETTE SANTERAMO IN COLLE**

## **SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

### **PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE**

a.s. 2024/25

classe 1° sez. Amat

TESTO ADOTTATO: Più movimento

## ANALISI DELLA SITUAZIONE DI PARTENZA

La classe 1 Amat è costituita da 27 alunni, tutti di sesso maschile.

L'analisi della situazione di partenza ci consente di verificare il livello di apprendimento conseguito nel corso dell'anno precedente, dal quale si strutturerà un percorso didattico teso a colmare eventuali lacune nella formazione riscontrata e finalizzato a valorizzare le abilità dello studente.

La conoscenza e la pratica di varie attività sportive sia individuali che di squadra, permetteranno allo studente di scoprire e valorizzare attitudini, capacità e preferenze personali acquisendo le abilità motorie e le tecniche sportive specifiche da utilizzare in forma appropriata e controllata.

## COMPETENZE RICHIESTE

- 1) Padronanza del proprio corpo e percezione sensoriale;
- 2) Coordinazione schemi motori, equilibrio, orientamento;
- 3) Espressività corporea;
- 4) Gioco, gioco-sport e sport (aspetti relazionali e cognitivi);
- 5) Sicurezza, prevenzione, primo soccorso e salute;
- 6) Attività in ambiente naturale;

## OBIETTIVI MINIMI COGNITIVI

- Possesso minimo delle abilità di base: Saper camminare - Saper correre - Saper lanciare - Saper afferrare - Saper strisciare - Saper saltare - Saper colpire (Coordinamento degli S.M.B.), Senso del ritmo;
- Miglioramento accettabile delle capacità condizionali: Mobilità articolare - Resistenza di base - Forza; Tono muscolare - Velocità di risposta agli stimoli;
- Pratica sportiva: Semplici esecuzioni di elementi tecnici - Conoscenze delle principali regole dello sport praticato;

## OBIETTIVI MINIMI EDUCATIVI

- Rispettare gli insegnanti, i compagni di classe e l'ambiente in cui si opera, nonché il rispetto delle regole che attengono alla vita scolastica e tutte le figure coinvolte nel processo educativo-didattico a partire dal Dirigente fino a tutti i collaboratori scolastici.

## STRATEGIE ED ACCORGIMENTI METODOLOGICI

Le lezioni verranno svolte in presenza in aula ed in palestra.

Le scienze motorie non si dovranno limitare al solo esercizio fisico, ma si dovrà cercare di motivare e puntualizzare le finalità del lavoro proposto, collocando nell'arco delle lezioni momenti di riflessione culturale e scientifica. Si dovrà pure lasciare spazio agli interventi degli alunni.

Per quanto riguarda la pratica degli sport, il docente dovrà operare in modo tale da portare l'allievo ad una cosciente osservazione dei propri limiti e delle proprie responsabilità: fargli comprendere che il successo non va valutato in termini assoluti (il record) come è proprio dell'attività sportiva, bensì in termini relativi.

Nella valutazione finale, oltre alle verifiche indirizzate per la conoscenza del grado di conseguimento degli obiettivi didattici, si terrà conto che vale di più il risultato parzialmente riferito

alle potenzialità di partenza dell'alunno, rispetto ad un buon risultato assoluto, ma ottenuto senza incremento personale del valore nella prestazione.

Infatti, il singolo gesto motorio o sportivo non è rilevante per la sua perfezione, ma in quanto risultato di una attività autenticamente formativa, capace di modificare l'atteggiamento dell'alunno e di sviluppare le sue attitudini e capacità.

## INTERVENTI INTEGRATIVI

Attività di recupero e per il sostegno.

Per le attività di recupero e sostegno, i diversamente abili e coloro che presentano carenze motorie, verranno affiancati da un tutor (alunno capace) con lo scopo di aiutarli a raggiungere gli obiettivi minimi in campo motorio.

Per valorizzare le abilità individuali, verranno organizzati percorsi individualizzati al fine di gratificare tutti.

Inoltre, l'allievo/a verrà coinvolto anche in attività riguardanti l'arbitraggio o la giuria delle varie discipline sportive (sport individuali o di squadra).

Attività per lo sviluppo delle eccellenze

Per la valorizzazione delle eccellenze verranno organizzati percorsi specifici atti a soddisfare le capacità psicofisiche degli allievi che troveranno maggiore giustificazione durante la partecipazione ai Giochi Sportivi Studenteschi.

Metodi di insegnamento

L'insegnante, per lo svolgimento dell'attività didattica, si avvarrà dell'applicazione del:

- metodo globale in un'ottica di libertà e creatività;
- metodo analitico per fini prettamente tecnici e specifici;
- metodo misto in situazioni di gioco;
- cooperative learning

PER ATTUARE QUANTO PROGRAMMATO SI SONO SVILUPPATE LE UNITA' DI APPRENDIMENTO:

|                                          | Competenze per asse                                                                                                                                                                                                        | Competenze disciplinari                                                                                                                                          | Abilità/capacità                                                                                          | Contenuti                                                                                                         | Tempi            |
|------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| <b>U.D.A 1</b><br><b>IL CORPO UMANO</b>  | - Asse storico-sociale: collocare l'esperienza personale in un sistema di regole fondato su reciproco riconoscimento dei diritti garantiti dalla Costituzione, a tutela della persona, della collettività e dell'ambiente. | Essere in grado di riconoscere le parti del corpo, posizioni e movimenti fondamentali. Riconoscere proprie capacità e le variazioni fisiologiche e morfologiche. | - Saper assumere posizioni e movimenti richiesti in funzioni di assi e piani, le posture corrette.        | <b>Apparato scheletrico assile e appendicolare.</b>                                                               | ottobre-dicembre |
| <b>U.D.A 2</b><br><b>L'ALIMENTAZIONE</b> | Asse tecnologico-scientifico: analizzare qualitativamente e quantitativamente fenomeni legati alle trasformazioni                                                                                                          | Saper assumere in modo attivo e responsabile corretti stili di vita.                                                                                             | - Essere in grado di seguire un'alimentazione equilibrata adatta alla propria crescita e allo svolgimento | <b>I principi di un'alimentazione sana e sostenibile; l'alimentazione per lo sport; gli squilibri alimentari.</b> | gennaio-febbraio |

|                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                              |              |
|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
|                                              | di energia a partire dall'esperienza.                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                 | dell'attività fisico-sportiva;<br>- Essere in grado di mettere in atto comportamenti volti a uno stile di vita attivo e al benessere proprio e dell'ambiente.                     |                                                                                                              |              |
| <b>U.D.A 3</b><br><b>L'ORIENTEERING</b>      | Asse tecnologico-scientifico: osservare, descrivere ed analizzare fenomeni appartenenti a realtà naturale ad artificiale e riconoscere nelle varie forme i concetti di sistema e di complessità.                                                                                    | Essere in grado di elaborare risposte motorie adeguate e in sicurezza in ambiente naturale e cittadino, realizzando semplici sequenze di movimento.             | - Sapersi muovere sul territorio rispettando l'ambiente;<br>- Essere in grado di realizzare schemi motori semplici.                                                               | <b>Osservare e leggere le mappe; orientarsi con una mappa in luoghi non conosciuti.</b>                      | marzo-maggio |
| <b>U.D.A 4</b><br><b>I GIOCHI SPORTIVI</b>   | Asse tecnologico-scientifico: analizzare quantitativamente e qualitativamente fenomeni legati alle trasformazioni dell'energia a partire dall'esperienza; essere consapevoli delle potenzialità delle tecnologie rispetto al contesto culturale e sociale in cui vengono applicate. | Praticare giochi e attività sportive applicando tecniche di base, semplici tattiche, regole basilari e mettendo in atto comportamenti corretti e collaborativi. | - Saper gestire in modo consapevole e responsabile le abilità di base dei giochi sportivi;<br>- Saper gestire lealmente la competizione, mettendo in atto comportamenti corretti. | <b>La tecnica, la tattica e il regolamento di base dei principali giochi sportivi. Cenni di arbitraggio.</b> | tutto l'anno |
| <b>U.D.A 5</b><br><b>LE CAPACITÀ MOTORIE</b> | Asse tecnologico-scientifico: analizzare quantitativamente e qualitativamente fenomeni legati alle trasformazioni dell'energia a partire dall'esperienza; essere consapevoli delle potenzialità delle tecnologie                                                                    | Essere in grado di elaborare risposte motorie adeguate in situazioni semplici, riconoscendo le proprie capacità e le variazioni fisiologiche e morfologiche.    | - Eseguire attività motorie di base volte all'allenamento delle capacità di forza, resistenza, velocità e coordinazione motoria generale.                                         | Test motori; <b>principi di teoria dell'allenamento; le capacità fisiche.</b>                                | tutto l'anno |

|  |                                                                    |  |  |  |  |
|--|--------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
|  | rispetto al contesto culturale e sociale in cui vengono applicate. |  |  |  |  |
|--|--------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|

## VERIFICHE

Sistematicamente saranno verificati gli incrementi delle capacità psicofisiche degli alunni. Saranno proposte, al termine di ogni unità di lavoro, prove di verifica sugli obiettivi programmati attraverso esercitazioni individuali e collettive ed eventuali questionari strutturati a risposta multipla o aperta, saranno anche effettuate delle brevi interrogazioni per riscontrare il livello di conoscenze acquisite.

## VALUTAZIONE

Sarà attuata in modo da rilevare non solo le capacità e le abilità acquisite rispetto all'inizio dell'anno, ma anche il grado di autonomia raggiunto, le conoscenze, l'impegno, l'interesse e la partecipazione evidenziati.

Santeramo in Colle, 19/11/2023

Il docente

Luciano Nacci