

## LICEO SCIENTIFICO "GRAMSCI" IVREA

ANNO SCOLASTICO 2015-2016

**Programma svolto PROF. Paola Mariscotti CLASSI: 1A**

PIANO DI LAVORO DISCIPLINARE materia:SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

**Gli obiettivi di apprendimento possono sintetizzarsi nei seguenti punti:**

- la percezione di sé e il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive; lo sport, le regole e il fair play;
- salute, benessere, sicurezza e prevenzione;
- relazione con l'ambiente naturale e tecnologico.

Nello sviluppo del curriculum quinquennale si terrà conto della maturazione psico-fisica dello studente per approfondire e diversificare le diverse attività.

### **Primo biennio**

Dopo aver verificato il livello di apprendimento conseguito nel corso del primo ciclo dell'istruzione si strutturerà un percorso didattico atto a colmare eventuali lacune nella formazione di base, ma anche finalizzato a valorizzare le potenzialità di ogni studente.

### **Competenze disciplinari (relative a ciascuna unità)**

Saper eseguire esercizi a corpo libero o agli attrezzi per migliorare le capacità condizionali e coordinative. Saper affrontare le prove pratiche di vario tipo e sviluppare la socialità attraverso giochi di squadra.

### **Competenze essenziali (relative a ciascuna unità)**

Si definisce sufficiente una partecipazione ed un impegno adeguato, che permetta un miglioramento delle qualità motorie, dell'esecuzione tecnica del gesto o delle conoscenze teoriche. Dal punto di vista comportamentale si ritiene essenziale il saper ascoltare e rispettare gli altri, l'ambiente ed il materiale didattico. Per gli alunni esonerati si valuterà il coinvolgimento nel ruolo affidato, le conoscenze teoriche, l'interesse dimostrato alle attività svolte in classe.

### **Competenze trasversali**

OBIETTIVI COMPORTAMENTALI (primo biennio)	Obiettivo essenziale Ascoltare e rispettare gli altri, l'ambiente ed il materiale didattico
	Obiettivo intermedio Socializzare con compagni e docenti partecipando al dialogo educativo
	Obiettivo superiore Partecipazione attiva e propositiva al lavoro della classe

## **Verifiche**

La verifica dei contenuti teorici e pratici spiegati e svolti durante ogni lezione può avvenire in qualsiasi momento e a discrezione dell' insegnante. Al termine di ogni argomento si effettueranno prove sulle attività svolte. Nel corso dell'anno si potranno effettuare anche test scritti e orali.

## **Valutazione**

La valutazione di fine quadrimestre si baserà invece sui seguenti criteri: - esecuzione tecnica -  
- conoscenza del linguaggio specifico  
- conoscenza delle regole dei giochi sportivi

- interesse, impegno e partecipazione

Gli alunni esonerati per periodi più o meno lunghi, vengono utilizzati in compiti di arbitraggio, stesura di referti o altro materiale necessario alla lezione e vengono valutati sull'impegno in queste mansioni.

## **Argomenti da proporre :**

- GIOCHI SPORTIVI: basket,volley, hitball, dodgeball, baseball, handball, calcio a 5, rugby. Per tutti i moduli vengono proposti esercizi individuali, di squadra e il gioco.

- GRANDI E PICCOLI ATTREZZI:

esercizi preparatori alla spalliera, alle parallele , alla trave, al quadro svedese, al cavallo e alla cavallina. Per

i piccolo attrezzi: tecnica e didattica della funicella, del cerchio e delle palle mediche.

ATLETICA LEGGERA: esercizi preatletici generali e specifici Salto in lungo, salto in alto, getto del peso, corsa veloce, corsa di resistenza e corsa ad ostacoli.

Scherma: incontri di avviamento, svolti in collaborazione con il circolo scherma di Ivrea.

## **Strumenti**

Gli strumenti che devono essere usati per lo svolgimento del programma sono:

palloni per i giochi sportivi, grandi attrezzi, piccoli attrezzi, attrezzi relativi all'atletica leggera, tappeti, tappetini, registratore. Qualora gli strumenti idonei allo svolgimento del programma non fossero disponibili nell'ambito scolastico, ci si potrà avvalere delle strutture sportive presenti sul territorio.

Le lezioni potranno anche essere svolte al di fuori della scuola, in ambiente naturale, su decisione dell'insegnante.

## **Interventi nei progetti dell'anno**

Partecipazione ai Giochi Sportivi Studenteschi ed eventuali attività motorie da svolgersi in strutture esterne alla scuola, accompagnati dal docente, al fine di allargare il patrimonio di conoscenze e competenze sportive degli alunni. E' inoltre previsto l'intervento di personale tecnico e di esperti esterni durante le ore curricolari sempre in presenza dell'insegnante di scienze motorie e per attività per cui è prevista la collaborazione con le società sportive del territorio o su tematiche legate all'acquisizione di corrette abitudini di vita.