

## LICEO SCIENTIFICO "GRAMSCI" IVREA

ANNO SCOLASTICO 2017-2018

Programma 4G PROF.SSA IORIO

### PIANO DI LAVORO DISCIPLINARE    materia :**SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

#### OBIETTIVI

Gli obiettivi di apprendimento possono sintetizzarsi nei seguenti punti:

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

Nell'ambito di tali applicazioni, tenendo conto delle strutture e delle attrezzature a disposizione, i docenti hanno deciso di orientarsi su esercizi di sviluppo generale, di coordinazione, pre-atletici, stretching, educazione al ritmo, esercizi con piccoli e grandi attrezzi, esercizi respiratori e attività sportive in generale.

Gli esercizi sono stati opportunamente variati e graduati a seconda del livello medio di capacità della classe.

Il lavoro è stato organizzato in moduli della durata di 3/4 lezioni ciascuno.

Ogni lezione è stata svolta con una parte di riscaldamento generale, una parte dedicata ad un argomento specifico e una parte dedicata al gioco.

#### VERIFICHE

Al termine di ogni modulo si sono effettuate verifiche sulle attività svolte. Tali verifiche riguardano esclusivamente il gesto tecnico di esecuzione degli esercizi. È stata svolta una verifica scritta sulla terminologia specifica

#### VALUTAZIONE

La valutazione di fine quadrimestre si basa sui seguenti criteri:

- esecuzione tecnica
- miglioramento evidenziato dal singolo rispetto al livello di partenza
- conoscenza del linguaggio specifico
- conoscenza delle regole dei giochi sportivi
- interesse, impegno e partecipazione

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

#### ARGOMENTI PROPOSTI:

- GIOCHI SPORTIVI: basket, volley, calcio a 5.

Per tutti i moduli vengono proposti esercizi individuali, di squadra e il gioco.

- GRANDI E PICCOLI ATTREZZI: esercizio libero al quadro svedese e alle spalliere.

Piccoli attrezzi: tecnica e didattica della funicella e palla zavorrata.

ATLETICA LEGGERA: esercizi preatletici generali e specifici, corsa veloce (test 30m.), corsa di resistenza (due prove)