

PROGRAMMAZIONE DIDATTICA ANNUALE

A.S. 2022 -23 Materia SCIENZE MOTORIE Docente PROF.GRITTINI ENRICO Classe 5 AL Ore sett. d'insegn. 2

OBIETTIVI DIDATTICI EDUCATIVI GENERALI	OBIETTIVI DIDATTICI DI MATERIA	SITUAZIONE DI PARTENZA DELLA CLASSE	METODOLOGIA DIDATTICA	STRUMENTI E CRITERI DI VALUTAZIONE
Contribuire ad una corretta educazione psico-motoria, ovvero a far apprendere una sana abitudine al movimento, a comprendere i vantaggi che questo apporta allo sviluppo della personalità; capacità trasferibili, sia nel campo professionale che nell'utilizzo "intelligente" del tempo libero.	1) POTENZIAMENTO FISIOLOGICO. Preparazione fisica generale finalizzata al recupero ed all'incremento delle qualità motorie condizionabili di base (resistenza, forza, velocità e mobilità articolare) 2) CONSOLIDAMENTO E COORDINAMENTO DEGLI SCHEMI MOTORI DI BASE Nuova presa di coscienza del proprio corpo, adattandosi alla continua evoluzione psico-fisica dei ragazzi. Educazione posturale 3) AVVIAMENTO ALLA PRATICA SPORTIVA Intesa come mezzo per favorire abitudini di collaborazione, di rispetto di sé e degli altri, di rispetto delle regole (finalizzato ad un comportamento civico e	La classe è eterogenea per l'interesse dimostrato verso la materia e presenta una discreta preparazione dal punto di vista delle capacità motorie	<u>CONTENUTI : i contenuti varieranno a seconda degli spazi a disposizione per lo svolgimento dell'attività motoria</u> Preparazione fisica a carico naturale e con sovrappesi ATLETICA LEGGERA : - Metodiche di allenamento per sviluppare o migliorare doti di resistenza, velocità, forza, elasticità. - tecnica di passaggio sugli ostacoli GINNASTICA ARTISTICA - Parallele : Oscillazioni capovolte uscite GIOCHI SPORTIVI : elementi tecnici, tattici ed aspetti fondamentali del regolamento delle seguenti discipline :	Test, esercitazioni pratiche, osservazioni individuali Si valuterà l'impegno dimostrato per il raggiungimento degli obiettivi e i risultati ottenuti. Gli allievi esonerati dalle esercitazioni pratiche, verranno valutati in base al coinvolgimento dimostrato per attività di supporto (arbitraggi, organizzazione) e su argomenti teorici.

	leale) e di partecipazione attiva e critica all'attività sportiva amatoriale ed agonistica, partecipando a tornei di vari genere sia nelle ore curricolari di lezione che eventualmente nelle attività del centro sportivo scolastico e dei campionati studenteschi. 4) ATTIVITA' IN AMBIENTE NATURALE Eventuale Partecipazione a viaggi d'istruzione per l'effettuazione di attività sportive in ambiente montano (sci nordico,sci alpino, sci alpinismo , trekking,arrampicata e mountain-bike ,rafting,vela..)		- pallavolo - basket - tennistavolo Le lezioni pratiche saranno integrate dallo studio teorico su dispense di argomenti inerenti l'attività motoria: in particolare verranno trattate tematiche riguardanti l'educazione alla salute : Lo sport come farmaco Doping Alimentazione e Sport - effetti del movimento - primo soccorso RCP	
--	---	--	---	--

Il docente
Prof. Grittini Enrico

PROGRAMMAZIONE DIDATTICA ANNUALE

OBIETTIVI MINIMI DA RAGGIUNGERE PER UNA VALUTAZIONE SUFFICIENTE A FINE ANNO	MODULI DIDATTICI/ NUCLEI CONCETTUALI (CONOSCENZE,ABILITA' E COMPETENZE)	COLLOCAZIONE TEMPORALE DEI CONTENUTI	N° ORE DA DESTINARE A CIASCUN CONTENUTO	UNITA' DI APPRENDIMENTO	TEMPI E TIPOLOGIE DI VERIFICA E VALUTAZIONE
Sa utilizzare e trasferire le abilità coordinative acquisite per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport	Coordinamento degli schemi motori di base	Intero anno	12	<u>Sport e Salute</u> :	Test motori/Percorsi
Sa mantenere un impegno motorio prolungato,con autocontrollo de proprio corpo nella sua funzionalità cardio.respiratoria e muscolare	Potenziamento fisiologico	Intero anno	14	Percorso finalizzato al Benessere	
Conosce ed applica correttamente il regolamento dei giochi sportivi,assumendo anche il ruolo di arbitro	Giochi Sportivi	Intero anno	16 + 10	<u>Alimentazione</u> <u>eSport</u>	Osservazione del docente Arbitraggio
Partecipa con assiduità e in modo propositivo.Interagisce con i compagni,rispettando l'insegnante,i compagni e se stesso	Aspetto comportamentale	Intero anno	6	<u>Primo Soccorso</u> :	Osservazione del docente
Conosce e comprende i contenuti degli argomenti trattati ed utilizza un lessico appropriato	Conoscenze teoriche	Intero anno	8	Esercitazioni di R.C.P.	Relazioni e verifiche scitte Esposizioni orali

--	--	--	--	--	--