









Programmazione Generale di Scienze Motorie e Sportive

Classi 3[^] - 4[^] - 5[^]

-  Finalità educative
-  Obiettivi formativi
-  Obiettivi generali
-  Analisi dei livelli di partenza
-  Obiettivi e contenuti del triennio
-  Metodologia
-  Tipologia delle prove
-  Criteri di valutazione

FINALITÀ EDUCATIVE

Le scienze motorie e sportive nella scuola secondaria superiore concorrono, con le altre discipline, alla formazione del cittadino allo scopo di favorire il suo inserimento nella società civile.

Riconosciamo alla nostra materia responsabilità educative particolari in relazione, appunto, alla peculiarità della disciplina stessa; infatti le S.M.S. consentono sollecitazioni di tutte le aree comportamentali dell'alunno: cognitiva, affettiva, psico-motoria e sociale.

OBIETTIVI FORMATIVI

Le S.M.S. , per la loro struttura didattica, offrono continue occasioni di collaborazione, di competenze, di confronto con gli altri, acquistano valori di formazione dell'intera personalità.

L'attività fisica coinvolge tutto l'organismo prima, durante, dopo la sua esecuzione. Il corpo e la mente sono unità inscindibili, si sviluppano e si armonizzano durante l'accrescimento e di questo si deve avere chiara coscienza e proporre quindi attività che educino al movimento e facciano praticamente constatare come l'attività sia accompagnata e seguita dalla sensazione di benessere che ne deriva.

Infine le S.M.S. aiutano l'alunno nella ricerca di una propria autonomia responsabile, nel bisogno di un confronto con se stesso e con gli altri membri del gruppo.

OBIETTIVI GENERALI

Secondo le indicazioni orientative dei programmi ministeriali gli obiettivi che intendiamo perseguire sono:

1) Potenziamento fisiologico:

- Analisi degli elementi
- Miglioramento della funzione cardio-circolatoria-respiratoria attraverso attività che prevedano un graduale aumento della durata e dell'intensità (in regime aerobico ed anaerobico)
- Attività tendenti a sviluppare la potenza e la resistenza muscolare secondo i principi delle ripetizioni e dell'aumento progressivo del carico di lavoro
- Miglioramento della mobilità articolare con metodiche di mobilitazione attiva e passiva
- Miglioramento della capacità di compiere azioni motorie veloci, anche per mezzo dell'acquisizione dell'automatismo del gesto efficace, economico e finalizzato

→ Attività che consentano l'acquisizione dell'automatismo del gesto efficace economico e finalizzato, ma suscettibile di adattamento a situazioni mutevoli, al fine di migliorare la destrezza

2) Rielaborazione degli schemi motori e loro integrazione

3) Pratica sportiva intesa come conoscenza, acquisizione e consolidamento di abitudini di vita permanenti

4) Consolidamento del carattere, sviluppo della socialità e del senso civico tramite esercizi di pre-acrobatica ed ai grandi attrezzi, organizzazione e pratica di giochi di squadra, compiti di giuria e di arbitraggio nell'ambito delle lezioni, di manifestazioni come tornei d'Istituto e/o Giochi Sportivi Studenteschi

5) Tutela della salute e utilizzo del tempo libero, igiene alimentare, tecniche elementari di primo soccorso, curando in modo particolare l'aspetto teorico per le classi del triennio

I contenuti verranno definiti più dettagliatamente con attività in relazione alla situazione di partenza degli alunni (analisi delle capacità motorie o pre-requisiti) e alle loro motivazioni nonché alle oggettive condizioni di lavoro (spazi operativi, attrezzi disponibili, struttura orario, ecc.) e strutturerà le verifiche periodiche del grado di evoluzione e di conseguimento degli obiettivi.

Indicazione metodologica comune sarà il rispetto dei ritmi di sviluppo naturali degli allievi.

Compatibilmente con la disponibilità della palestra, degli allievi e degli insegnanti, si prevede la partecipazione ai Giochi Sportivi Studenteschi per alcune specialità e l'organizzazione di tornei d'Istituto.

ANALISI DEI LIVELLI DI PARTENZA

L'analisi dei livelli di partenza è stato effettuato il precedente anno scolastico.

Alcuni test potranno essere ripetuti in base alle esigenze di programmazione del docente.

OBIETTIVI E CONTENUTI DEL TRIENNIO

Tutte le conoscenze, competenze, capacità del biennio verranno completate ed approfondite nel triennio.

CONOSCENZE	COMPETENZE	CAPACITA'
Conosce le discipline tecniche di corsa	Sa eseguire: <ul style="list-style-type: none"> • velocità • mezzofondo e fondo • staffetta (modalità di cambio) 	Sa effettuare correttamente le specialità Sfruttando la propria velocità e/o resistenza
Conosce tecniche di salto	Sa eseguire: <ul style="list-style-type: none"> • Fosbury • salto in lungo • volteggio al cavallo 	Sa controllare il proprio corpo in tutte le fasi dei salti
Conosce tecniche di lancio relative all'atletica leggera	Sa eseguire: <ul style="list-style-type: none"> • traslocazione frontale e dorsale del getto del peso • lancio del disco 	Sa adattare le tecniche di lancio come espressione della massima potenza
Conosce la tecnica dei fondamentali dei giochi sportivi	Sa eseguire: <ul style="list-style-type: none"> • Pallavolo: <ul style="list-style-type: none"> - pallonetto - schiacciata - muro • Basket: <ul style="list-style-type: none"> - treccia - rimbalzo 	Sa utilizzare con tecnica adeguata i fondamentali dei vari giochi sportivi in relazione alle situazioni di gioco
Conosce modalità di comunicazione volontaria e involontaria del linguaggio corporeo	Sa eseguire: <ul style="list-style-type: none"> • combinazioni semplici e complesse • progettare una progressione con e senza musica e/o con attrezzi • ideare e rappresentare scene, oggetti, situazioni e stati d'animo caratteristici. 	Sa utilizzare il linguaggio corporeo in forma personale ed espressiva, riconoscendo le indicazioni che la persona comunica volontariamente ed involontariamente
Conosce la regolamentazione	Sa eseguire: <ul style="list-style-type: none"> • arbitraggi 	Sa riconoscere nelle fasi di gioco le regole di pallavolo e di basket Sa riconoscere ed eseguire fasi di gioco di altri sport (es. tennis, softball, unihoc, ultimate frisbee....)

Conosce gli elementi fondamentali del gesto tecnico per la valutazione	Sa correggere l'esecuzione del gesto tecnico fondamentale	Sa operare correzioni ed autocorrezioni del gesto
Conosce schemi di gioco	<p>Sa eseguire:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pallavolo: <ul style="list-style-type: none"> - schemi di difesa - alzatore in zona 3 e 2 con relativi cambi - soluzioni proposte dall'insegnante e dalle allieve a determinati schemi di attacco, di difesa e ricezione • Basket: <ul style="list-style-type: none"> - difesa a uomo - pressing - difesa a zona - alcuni fondamentali di squadra di attacco 	Sa adattare schemi di gioco a situazioni nuove ed in continua evoluzione
Conosce le tecniche di allenamento	<p>Sa eseguire esercizi di:</p> <ul style="list-style-type: none"> • mobilizzazione • irrobustimento • stretching • rilassamento 	Sa finalizzare tecniche di allenamento alla capacità condizionale richiesta
Conosce equilibri particolari	<p>Arrampicata sportiva</p> <ul style="list-style-type: none"> - prese e appoggi - tecniche di salita - tecniche di assistenza 	Sa utilizzare il proprio corpo in situazioni di equilibri particolari
Conosce passi codificati su ritmi diversi	<p>Sa eseguire:</p> <ul style="list-style-type: none"> • danze folcloristiche e balli 	Sa adattare l'esecuzione motoria a diversi ritmi con passi codificati

Gli ultimi due punti della programmazione sono solo ipotesi di lavoro in quanto alla data attuale non abbiamo ancora certezze sull'effettiva organizzazione dei corsi.

METODOLOGIA

- 1) Comunicazione verbale, giustificata da motivazioni educative, scientifiche
- 2) Spiegazione teorica con l'utilizzo del libro di testo e di supporti multimediali per l'approfondimento degli argomenti trattati
- 3) Gradualità della proposta
- 4) Dimostrazione diretta da parte dell'insegnante o da altro allievo
- 5) Alternanza di fasi di creatività degli allievi e di fasi di guida, controllo, correzione da parte dell'insegnante
- 6) Proposte di situazioni per sperimentare la capacità di organizzazione personale e di gruppo
- 7) Continuo passaggio dal globale all'analitico e viceversa secondo le dinamiche evidenziatesi nel lavoro

INTERVENTI METODO DI LAVORO

L'attività sotto descritta prevede l'utilizzo di ore nel primo periodo dell'anno scolastico, con richiami periodici nella normale attività didattica.

OBIETTIVO	METODOLOGIA
Saper essere autonomi nell'organizzazione del lavoro: -saper regolare l'attività ed il proprio abbigliamento nella tutela della salute; -saper pianificare il tempo dedicato all'attività finalizzata ad un singolo obiettivo; -saper utilizzare in modo produttivo il lavoro svolto durante la lezione.	Indicazioni sulle norme igieniche proprie della disciplina; somministrazione di test; discussione esiti dei test e proposte operative.
Saper impiegare correttamente materiali e strumenti didattici.	Spiegazioni ed esercitazioni guidate sull'uso delle strutture e dei sussidi didattici.
Educare al rispetto delle regole ed al confronto in maniera civile e democratica, con attenzione alle differenze.	Organizzazione e pratica di giochi di squadra, compiti di giuria ed arbitraggio
Saper procedere a forme di autovalutazione.	Esercizi guidati dall'insegnante; presentazione delle scale di valore delle singole prove..
Distinguere fasi fondamentali ed accessorie di una successione di movimenti.	Comunicazione verbale, dimostrazione diretta, esercizi, circuiti, successioni, correzione e ripetizione.

TIPOLOGIA DELLE PROVE

- Test motori codificati che rilevano la prestazione in modo oggettivo per verificare le capacità psicomotorie relative ad un obiettivo.
- Verifiche pratiche sui singoli fondamentali rilevando l'esecuzione del gesto preciso, economico e coordinato.
- Verifiche di gruppo, con rilevazione degli errori dei singoli allievi nei giochi di squadra finalizzate e differenziate per obiettivi.
- Produzione di lavori personali, da parte delle alunni, individuali o di gruppo
- Prove orali e/o scritte per il controllo dell'apprendimento cognitivo (in modo più approfondito per gli esonerati dall'attività pratica)
- Lavori scritti su argomenti a scelta di approfondimento (triennio e per gli esonerati dall'attività pratica)
- Test scritti con quesiti a risposta multipla, risposta breve, trattazione sintetica di un argomento.

CRITERI DI VALUTAZIONE

La valutazione terrà conto di:

- 1) Livello di partenza anche tramite i test per fissare la sufficienza , da raggiungere dopo il ciclo di lavoro sulla qualità interessata
- 2) Impegno dimostrato, costanza nell'applicazione, partecipazione attiva
- 3) Grado di apprendimento e rendimento tecnico nell'arco dell'intero anno con verifiche specifiche al termine del ciclo di lavoro sulle singole attività ed obiettivi con prove oggettive sulle varie prestazioni e relativa valutazione; inoltre anche con una valutazione, anche soggettiva, da parte dell'insegnante, della qualità del lavoro svolto, lezione dopo lezione, dai singoli allievi
- 4) Motivazione all'attività
- 5) Autonomia nel lavoro (obiettivo specifico del triennio)
- 6) La valutazione di fine anno terrà conto delle votazioni riportate nell'arco dell'intero anno scolastico (primo e secondo quadrimestre).

Tutto ciò può essere oggetto di successivi confronti e perfezionamenti all'interno dei vari consigli di classe, con i colleghi ed in corsi di aggiornamento.

Si allega la griglia di corrispondenza voti – livelli.

Alzano, 08/09/2011

La coordinatrice di Scienze Motorie e Sportive

Carmela Gregis

Voti nella scala decimale	3	4	5	6	7	8	9-10
Punteggi in quindicesimi	1-2	3-6	7-9	10	11-12	13-14	15
Conoscenze	- Mancanza di conoscenze basilari	- Conoscenze degli elementi essenziali frammentaria e lacunosa	- Conoscenza parziale degli elementi essenziali	- Conoscenza degli elementi essenziali	- Corrette conoscenze degli elementi di base	- Conoscenze approfondite	- Conoscenze complete, approfondite e prive di errori - Profondità e ampiezza dei concetti esposti
Competenze: -linguaggio -applicazione delle conosc.	-Uso di un linguaggio improprio - Assoluta incapacità di procedere nelle applicazioni	-Gravi difficoltà nell'uso del linguaggio specifico - Gravi errori nel procedere nelle applicazioni	- Uso di un linguaggio non chiaro e poco rigoroso - Difficoltà nel procedere nelle applicazioni	-Linguaggio per lo più chiaro ed appropriato - Applicazione meccanica e ripetitiva	-Linguaggio preciso e chiaro - Sicurezza nelle applicazioni pur con qualche imprecisione	- Linguaggio rigoroso e chiaro - Sicurezza nelle applicazioni e procedimenti senza errori	-Linguaggio rigoroso, chiaro ed appropriato - Padronanza nelle applicazioni e disinvoltura nel procedere senza errore.
Capacità: -comprensione dei concetti -rielaborazione dei contenuti -collegamenti in ambito disciplinare-pluridisciplinare	- Gravi lacune di ordine logico - Assoluta incapacità di effettuare collegamenti, sia in ambito disciplinare che pluridisciplinare	- Difficoltà nella comprensione dei concetti - Gravi difficoltà nell'effettuare collegamenti, sia in ambito disciplinare che pluridisciplinare	- Difficoltà nella rielaborazione dei contenuti - Difficoltà nell'effettuare collegamenti, sia in ambito disciplinare che pluridisciplinare	-Rielaborazione parziale dei contenuti acquisiti - Sufficiente capacità di effettuare collegamenti, sia in ambito disciplinare che pluridisciplinare pur con qualche incertezza	- Rielaborazione dei contenuti, pur in presenza di qualche errore - Discreta capacità di effettuare collegamenti, sia in ambito disciplinare che pluridisciplinare	- Rielaborazione autonoma quasi sempre personale nei contenuti - Buona padronanza nell'effettuare collegamenti, sia in ambito disciplinare che pluridisciplinare	- Rielaborazione pienamente autonoma, personale e critica nei contenuti - Assoluta padronanza nell'effettuare collegamenti, sia in ambito disciplinare che pluridisciplinare

P.L.D.- Scienze Motorie E Sportive

FIRME DEI DOCENTI

a.s. 2011/2012

Nome in stampa

Firma:

CORTINOVIS ALBERTO

GREGIS CARMELA

NICOLI ORNELLA

VISCONTI IRENE
