

# **PROGRAMMAZIONE ANNUALE SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

**ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE I.T.C. DI VITTORIO-ITI LATTANZIO**

**ANNO SCOLASTICO 2018-2019**

**DOCENTE : ANELO ANGELA**

**CLASSE: 1 A LAT.**

**QUADRO ORARIO: 6-7 ORA**

## **Premesse generali**

Le Scienze motorie e Sportive lavorano in sinergia con le altre discipline , ma hanno il privilegio di rivolgersi alla totalità psico-fisica dell'allievo svolgendo una forte azione educativa sul suo comportamento personale e interpersonale

In un contesto scolastico, dove si mira a mettere l'allievo nelle condizioni di acquisire un curriculum per COMPETENZE, l'insegnamento delle Scienze Motorie e Sportive mira a fornire, attraverso la pratica, lo spettro di conoscenze utili a far sviluppare la Consapevolezza di sé, degli altri e del mondo esterno e l'insieme di relazioni interconnesse che possono crearsi.

La programmazione, avrà come fine l'elaborazione di un curriculum per contenuti, dove ciò che verrà messo in risalto sarà principalmente l'aspetto qualitativo degli apprendimenti piuttosto che quello quantitativo.

Gli apprendimenti andranno dal semplice al complesso, verranno messi in atto collegamenti con quanto già appreso, consolidati i vari aspetti attraverso processi di ripetitività e rinforzo, lì dove necessario verranno adottati adattamenti di spazi, attrezzature e modalità esecutive delle attività.

Gli apprendimenti saranno sia di tipo STRUTTURATO che DESTRUTTURATO. Inoltre saranno utilizzati sia attrezzi codificati che decodificati, al fine di mettere l'allievo nelle condizioni di provare sempre

nuove esperienze in movimento.

## **Livelli di Partenza**

La classe 1 A è composta da 29 alunni (6 ragazze e 23 ragazzi). Sono alunni vivaci ma collaborativi e partecipi, interessati alle lezioni che si svolgono in un clima simpatico e collaborativo.

Attraverso la somministrazione di Test Motori si sono individuati per ogni allievo gli apprendimenti pregressi, i livelli di competenze possedute, i vari livelli di apprendimento, alcune lacune. La classe è piacevolmente eterogenea ma sarà cura dell'insegnante mettere in atto adeguati interventi al fine di creare un gruppo di lavoro che abbia le stesse opportunità.

L'obiettivo è quello di ricreare un ambiente di lavoro dove far emergere a pieno le potenzialità di ogni singolo alunno con piani di lavoro modificabili e adattabili.

L'accorpamento delle 2 ore settimanali dà la possibilità di programmare e realizzare una attività strutturata in modo fisiologicamente valido.

Per la programmazione di classe si fa riferimento alla programmazione di dipartimento

- **ORGANIZZAZIONE SPAZIALE E TEMPORALE ED EDUCAZIONE CIVICA NEL CONTESTO SCOLASTICO.**

**Contenuti:** Regole da rispettare nell'aula, durante gli spostamenti dall'aula al laboratorio, durante le esercitazioni pratiche in palestra e nel cortile, schieramenti in contesti di lavoro diversi, orientamento, utilizzo attrezzatura ginnica per la pratica sportiva senza nuocere a se stessi e ai compagni, utilizzo di abbigliamento idoneo alla pratica sportiva.

**Modalità di lavoro:** Esposizione del comportamento da tenere e non tenere per non nuocere a se stessi e agli altri. Camminare, correre, saltare seguendo cambi di direzione e di ritmo mantenendo le opportune distanze. Esercitazioni con piccoli attrezzi anche sotto forma di gioco.

- **CONOSCENZA TERMINOLOGIA SPECIFICA DELLE POSIZIONI RELATIVE AL CORPO IN RELAZIONE A SE STESSO, ALLE PERSONE E ALL'AMBIENTE.**

**Contenuti:** nomenclatura parti esterne del corpo, assi, piani. Esercizi dalle varie posizioni: stazione eretta, seduti; decubito prono, supino laterale. Esercitazioni in gruppo e a coppie Movimenti: flettere estendere, slanciare, circondurre, piegare. ecc;

**Modalità di lavoro:** spiegazione, dimostrazione ed esercitazioni pratiche.

- **ORGANIZZAZIONE LOGICO FUNZIONALE DI ELEMENTI GINNICI IN SUCCESSIONE**

**Contenuti:** Guida ritmica; elementi che compongono l'esercizio; esercizi semplici e complessi a corpo libero e con piccoli e grandi attrezzi.

**Modalità di lavoro:** Esecuzione di esercizi semplici e complessi e costruzione di progressioni di esercizi a tema, a tempo e con guida ritmica.

- **MIGLIORAMENTO DELLE ABILITA' CONDIZIONALI**

**Contenuti:** Resistenza generale e specifica, mobilità articolare, forza, velocità, coordinazione, equilibrio.

**Modalità di lavoro:** Spiegazione di ciascun argomento supportata da test relativi alla sua misurazione ed esercitazioni atte a sviluppare ciascuna abilità con aumento progressivo del carico di lavoro.

- **AVVIAMENTO ALLA PRATICA GINNICO SPORTIVA:**

**Contenuti** Atletica leggera, (in particolare è prevista almeno una giornata presso l'impianto Sportivo Nori di Tor tre Teste. m.60, salto in lungo , lancio del vortex, 600m, salto in alto) corsa campestre, pallavolo, pallacanestro, pallamano , calcetto, tennis tavolo, badminton.

**Modalità di lavoro:** esercitazioni individuali e di gruppo per l'acquisizione dei fondamentali individuali e di squadra

## **Verifiche e Criteri di valutazione**

Si osserveranno sistematicamente gli allievi, il loro comportamento e i miglioramenti rispetto ai livelli di partenza certificati con test d'ingresso oggettivi e soggettivi. Le verifiche formative avverranno tramite: lezioni dialogate, esercitazioni pratiche, orali ( contestualmente alla pratica) quadrimestre. La valutazione quadrimestrale, sarà espressa con un voto unico in tutte le classi, sia al primo che al secondo quadrimestre. La valutazione quadrimestrale e finale sarà rappresentata dalla media delle verifiche disciplinari teorico/pratiche riguardanti le conoscenze, le abilità e le competenze acquisite, ma terrà anche conto dell'impegno, del comportamento, della partecipazione e l'interesse mostrati da ogni allievo durante le lezioni. Infine una seria autovalutazione sarà un ulteriore strumento di crescita e consapevolezza dell'alunno.

Roma 04-11-2018

Prof.ssa Angela Anelo