

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: 4 A LAT.

QUADRO ORARIO: 4-5 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 curricolo 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 curricolo 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 4 A è composta da 14 alunni .

Si svolge la lezione in un clima di serenità e confronto positivo, gli alunni sono

sempre disposti ad affrontare nuove proposte di lavoro.

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

• **OBIETTIVI SPECIFICI: ORGANIZZAZIONE SPAZIALE E TEMPORALE DEL DISCENTE 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 , al cambio dell'ora.

• **CONOSCENZA APPARATO CARDIOCIRCOLATORIO**

Contenuti : cuore, piccola e grande circolazione, ciclo cardiaco, frequenza Cardiaca a riposo, sottosforzo e tempo di recupero, rilevazione frequenza cardiaca. **Modalità di lavoro:** Lezioni frontali , rilevazione su se stessi e sui compagni della frequenza cardiaca, utilizzo di materiale on line e power point

• **CONOSCENZA APPARATO RESPIRATORIO**

Contenuti : Vie respiratorie, meccanica della respirazione, respirazione interna

ed esterna,

Modalità di lavoro: Lezioni frontali

• **CONOSCENZA E POTENZIAMENTO ABILITA' CONDIZIONALI E COORDINATIVE.**

Contenuti: resistenza,forza,velocità,equilibrio,percezione,coordinazione.

Modalità di lavoro: definizione dei contenuti ed esercitazioni relative con carico progressivo di lavoro.

• **CONSOLIDAMENTO DELLA PRATICA SPORTIVA , CONOSCENZA DEI REGOLAMENTI E DELLE TECNICHE,CAPACITA' DI APPLICARE REGOLE E TECNICHE.**

Contenuti: Pallacanesto, Atletica leggera, pallavolo, calcetto, tennis tavolo pallapugno, etc.

Modalità di lavoro: esercitazioni pratiche singolarmente, a coppie, a gruppi atte a rinforzare i fondamentali individuali delle attività proposte. Fondamentali di squadra e strategie di gioco. Funzioni di arbitro.

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

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