

PROGRAMMAZIONE ANNO SCOLASTICO 2016/2017

TRIENNIO

DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

FINALITA' GENERALI

- ❖ Raggiungimento del completo sviluppo corporeo e motorio della persona attraverso l'affinamento della capacità di utilizzare le qualità fisiche e le funzioni neuro muscolari;
- ❖ Approfondimento operativo e teorico di attività motorie e sportive che, dando spazio anche alle attitudini e propensioni personali, favorisca l'acquisizione di capacità trasferibili all'esterno della scuola;
- ❖ Arricchimento della coscienza sociale attraverso la consapevolezza di sé e l'acquisizione della capacità critica nei riguardi del linguaggio del corpo e dello sport;
- ❖ Sensibilizzazione alle problematiche dell'handicap.

OBIETTIVI DISCIPLINARI

Le attività proposte mireranno a far conseguire agli allievi il miglioramento delle capacità di:

- ❖ Compiere attività di resistenza, forza, velocità e particolarità;
- ❖ Coordinare azioni efficaci in situazioni complesse.

Di essere in grado di:

- ❖ Applicare operativamente le conoscenze delle metodiche inerenti al mantenimento della salute dinamica;
- ❖ Praticare almeno due degli sport programmati nei ruoli congeniali alle proprie attitudini e propensioni;
- ❖ Praticare attività simbolico – espressive e approfondirne gli aspetti culturali;
- ❖ Praticare in modo consapevole attività motorie tipiche dell'ambiente naturale secondo tecniche appropriate.
- ❖ Mettere in pratica e norme di comportamento ai fini della prevenzione degli infortuni.

Di conoscere:

- ❖ Le caratteristiche tecnico – tattiche e metodologiche degli sport praticati;
- ❖ i componenti efficaci ed adeguati da adottare in caso di infortuni;
- ❖ Cause e caratteristiche delle principali tipologie di handicap.

Per l'anno scolastico 2016-2017 si propone di aderire ai progetti:

- "Campus primaverile ed invernale" già effettuati nei precedenti anni scolastici;
- "Escursione in ambiente naturale" per l'avvio alla pratica dell'Orienteering, Arrampicata sportiva" e Trekking.
- "Progetto" VelAScuola";
- "Progetto" Equilibri" ed arrampicata sportiva con acquisizione di crediti formativi.
- "Tornei di calcetto e pallavolo d'istituto – Giochi sportivi studenteschi G.S.S.";
- Progetto "Il quotidiano in classe";
- Progetto "Primo soccorso",
- Progetto "Alimentazione e prevenzione del tabagismo";
- Progetto "Un cavallo per amico";
- Giornate sportive;
- Giochi sportivi e studenteschi, tornei d'Istituto, inter istituto: Calcio a cinque, tiro con l'arco, pallavolo, pallacanestro, tennis tavolo, dama e scacchi, badminton, rugby;
- Visite guidate e d'istruzione sul territorio lametino e regionale.

CONTENUTI

Attività in relazione agli obiettivi tecnici ed ai mezzi disponibili:

1. *Circuit training*;
2. A carico naturale ed aggiuntivo;
3. Di opposizione e resistenza;
4. Di controllo tonico e della respirazione;

5. Con varietà di ampiezza e di ritmo, in condizione spazio - temporali diversificate;

Esercitazioni relative a:

1. Attività sportive individuali e di squadra (pallacanestro, pallavolo, orienteering, vela, arrampicata, calcetto, badminton);
2. Organizzazione di attività e di arbitraggio degli sport individuali e di squadra praticate.
3. Attività tipiche dell'ambiente naturale;
4. Attività espressive.

Conoscenze relative a:

1. Teoria del movimento e delle metodologie dell'allenamento;
2. Norme di comportamento per la prevenzione degli infortuni e in caso di incidenti;
3. Alimentazione, attività fisica e salute;
4. Alimentazione e mass-media;
5. Alimentazione, ambiente e paesi poveri;
6. Prevenzione del tabagismo (nozioni basilari sul tabagismo, diffusione dell'abitudine del fumo, normativa);
7. Storia degli alimenti semplici, specialmente di quelli provenienti dal nostro territorio; valorizzazione del cibo non meramente per il suo valore nutritivo, ma per quello culturale ed interculturale.

VERIFICA

- ❖ Osservazione sistematica effettuata durante tutta l'attività curriculare;
- ❖ Proposta di test da non valutare ai fini dell'attribuzione del voto, ma tesi ad accertare il raggiungimento degli obiettivi a medio termine, finalizzati, quindi alla ristrutturazione del piano di lavoro e per la predisposizione di eventuali attività di recupero.

VALUTAZIONE

Si terrà conto delle seguenti voci:

1. Partecipazione attiva con adeguato abbigliamento sportivo;
2. Assimilazione dei vari contenuti;
3. Raggiungimento degli obiettivi programmati;
4. Capacità di auto valutazione;
5. Collaborazione con compagni e docenti;
6. Acquisizione di capacità di gestione autonoma dei propri percorsi.

A causa della momentanea inagibilità delle palestre coperte gli obiettivi prefissati potranno subire delle modifiche.

I Docenti di Dipartimento

Maria Elena Amendola

Caterina Caruso

Fiorenza Ferraiuolo

Michele Fragale

Ettore Rizzo

La Referente di Dipartimento

Mari Stella DE FAZIO