ISISS “Galilei-Bocchialini” - ITIS G.

Disciplina: Scienze Motorie e Sportive **Classe/i:** Triennio

MODULO n.1: “Il Movimento” **TEMPI DI REALIZZAZIONE ore n. 18**

UNITA’ DI APPRENDIMENTO	COMPETENZE	ABILITA’ / CAPACITA’	CONOSCENZE
La percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie	Lo studente saprà valutare le proprie capacità e prestazioni confrontandole con le appropriate tabelle di riferimento e svolgere attività di diversa durata e intensità, distinguendo le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica motoria e sportiva. Sperimenterà varie tecniche espressivo - comunicative in lavori individuali e di gruppo, che potranno suscitare un’autoriflessione ed un’analisi dell’esperienza vissuta.	▪ Ampliare le capacità condizionali e coordinative, realizzando schemi motori complessi utili ad affrontare attività motorie e sportive. ▪ Percepire, riprodurre e variare il ritmo delle azioni motorie e sportive.	▪ Riconoscere le diverse caratteristiche personali in ambito motorio e sportivo. ▪ Riconoscere il ritmo personale delle azioni motorie e sportive.

MODULO n.2: “Lo Sport” **TEMPI DI REALIZZAZIONE ore n. 18**

UNITA’ DI APPRENDIMENTO	COMPETENZE	ABILITA’ / CAPACITA’	CONOSCENZE
Lo sport, le regole e il fair play	L’accresciuto livello delle prestazioni permetterà agli allievi un maggior coinvolgimento in ambito sportivo, nonché la partecipazione e l’organizzazione di competizioni della scuola nelle diverse specialità sportive o attività espressive. Lo studente coopererà in èquipe, utilizzando e valorizzando con la guida del docente le propensioni individuali e l’attitudine a ruoli definiti; saprà osservare ed interpretare i fenomeni legati al mondo sportivo ed all’attività fisica; praticherà gli sport approfondendone la teoria, la tecnica e la tattica.	▪ Trasferire e realizzare le tecniche adattandole alle capacità e alle situazioni anche proponendo varianti. ▪ Trasferire e realizzare strategie e tattiche nelle attività sportive.	▪ Conoscere teoria e pratica delle tecniche e dei fondamentali individuali, di squadra, dei giochi e degli sport. ▪ Approfondire la teoria di tattiche e strategie dei giochi e degli sport.

MODULO n.3: “L’ambiente e le tecnologie” **TEMPI DI REALIZZAZIONE ore n. 8**

UNITA’ DI APPRENDIMENTO	COMPETENZE	ABILITA’ / CAPACITA’	CONOSCENZE
Relazione con l’ambiente naturale e tecnologico	Il rapporto con la natura si svilupperà attraverso attività che permetteranno esperienze motorie ed organizzative di maggior difficoltà, stimolando il piacere di vivere esperienze diversificate, sia individualmente che di gruppo. Lo studente saprà affrontare l’attività motoria e sportiva utilizzando attrezzi, materiali ed eventuali strumenti tecnologici e/o informatici.	▪ Distinguere le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica sportiva; assumere posture corrette anche in presenza di carichi; autovalutarsi con l’utilizzo delle tecnologie. ▪ Organizzare e applicare attività/percorsi motori e sportivi individuali e in gruppo nel rispetto dell’ambiente.	▪ Conoscere i principi fondamentali della teoria e alcune metodiche di allenamento; saper utilizzare le tecnologie. ▪ Conoscere le caratteristiche delle attività motorie e sportive collegate al territorio e l’importanza della sua salvaguardia.

MODULO n.4: “Salute e benessere” **TEMPI DI REALIZZAZIONE ore n. 12**

UNITA’ DI APPRENDIMENTO	COMPETENZE	ABILITA’ / CAPACITA’	CONOSCENZE
Salute, benessere, sicurezza e prevenzione	Ogni allievo saprà prendere coscienza della propria corporeità al fine di perseguire quotidianamente il proprio benessere individuale. Saprà adottare comportamenti idonei a prevenire infortuni nelle diverse attività, nel rispetto della propria e dell’altrui incolumità; egli dovrà pertanto conoscere le informazioni relative all’intervento del primo soccorso.	▪ Assumere comportamenti attivi rispetto all’alimentazione, igiene e salvaguardia da sostanze illecite. ▪ Assumere comportamenti fisicamente attivi in molteplici contesti per un miglioramento dello stato di benessere.	▪ Conoscere i danni di una scorretta alimentazione e i pericoli legati all’uso di sostanze che inducono dipendenza. ▪ Conoscere le problematiche legate alla sedentarietà dal punto di vista fisico e sociale.

METODI / STRUMENTI	Lezione frontale – interattiva – di gruppo / Piccoli e grandi attrezzi
VERIFICA	Test motori – interrogazione orale – verifica scritta
VALUTAZIONE:	Si fa riferimento a quanto riportato nel *PTOF*
SOGLIA DI SUFFICIENZA	LIVELLO 1 (STANDARD DI APPRENDIMENTO): è in grado di praticare autonomamente con fair play alcune attività sportive scegliendo semplici tattiche e strategie, con attenzione all’aspetto sociale e partecipando all’aspetto organizzativo
RECUPERO	Si fa riferimento alle modalità riportate nel *PTOF*

AZIONI PREVISTE DAL PdM da attuare col presente Piano di Lavoro	1. Effettuare la prova di verifica comune per classi parallele: **Salto in lungo da fermo.** 2. Attivare forme di programmazione in orizzontale e in continuità verticale: **La programmazione è già progettata per classi parallele.** **Tutte le unità didattiche sono predisposte per essere adattate alla capacità fisiche e tecniche relative all'età degli studenti.** 3. Potenziare percorsi di recupero in corso d'anno: **Per gli studenti in evidente difficoltà sono previsti momenti di recupero in itinere.** 4. Sperimentare attività progettuali e laboratori (anche per piccoli gruppi) come forma alternativa di recupero e come strumento finalizzato allo sviluppo di una maggiore consapevolezza di sé e condivisione, in particolare nel biennio: **Peer tutoring.** 5. Realizzare progetti e laboratori (anche per piccoli gruppi) come forma di valorizzazione delle competenze: **Lezioni gestite dagli studenti su competenze personali extra-scolastiche.** 6. Partecipare a concorsi e gare: **Tornei interni dei vari giochi sportivi nelle assemblee di istituto e pomeridiani.**