

Istituto Comprensivo di Cervasca

PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE PER COMPETENZE SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO a.s. 2022/23

CLASSI : PRIME
DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
DOCENTI : BORRA IVANA/ CARLE CINZIA

1. QUADRO DELLE COMPETENZE

Competenze disciplinari specifiche (definite all'interno dei dipartimenti e riferite al curriculum d'istituto) articolate in abilità e conoscenze

<i>Abilità</i>	<i>Conoscenze</i>	<i>Competenze</i>
<input type="checkbox"/> Saper utilizzare gli apprendimenti motori.	<input type="checkbox"/> Le capacità condizionali: resistenza, forza, velocità e mobilità articolare. <input type="checkbox"/> Economia del gesto.	<input type="checkbox"/> Applicazione delle varie tecniche e loro perfezionamento. <input type="checkbox"/> Attraverso la conoscenza dell'esatta terminologia relativa agli apparati locomotore, cardio-circolatorio e respiratorio arrivare alle loro possibili modificazioni attraverso l'allenamento. <input type="checkbox"/> Migliorare ed interiorizzare il metodo d'allenamento.
<input type="checkbox"/> Applicare le tecniche individuali dei giochi sportivi.	<input type="checkbox"/> Gesti e terminologia tecnica di alcuni sport. <input type="checkbox"/> Presa visione del regolamento federale.	<input type="checkbox"/> Potenziamento dei fondamentali individuali della pallapugno, pallavolo <input type="checkbox"/> Perfezionamento di alcune specialità dell'atletica leggera. <input type="checkbox"/> Rispetto delle regole e relativo arbitraggio. Fair play

<input type="checkbox"/> Conoscere i giochi e i regolamenti: applicarli e saper farli rispettare.	<input type="checkbox"/> Conoscere il proprio corpo ed utilizzarlo in modo corretto e consapevole.	<input type="checkbox"/> Mettere in atto comportamenti equilibrati dal punto di vista fisico, emotivo e cognitivo.
---	--	--

2. METODOLOGIE

Apprendimento cooperativo
 Lezione Frontale
 Lavoro di gruppo
 Discussioni/dibattiti
 Intervento di esperti
 Adesioni a iniziative sul territorio
 Uscite per lezioni all'aperto
 Partecipazioni a competizioni d'Istituto e campionati studenteschi

3. **AUSILI DIDATTICI:** aula, spazi all'aperto e palestra, classroom

4. VERIFICA E VALUTAZIONE DEGLI APPRENDIMENTI:

Mediante test motori, osservazioni sistematiche e lavori di sintesi in base alle attività proposte.

La valutazione motoria si evincerà dalle prove pratiche predisposte, ma la valutazione dell'educazione motoria terrà conto anche dei seguenti aspetti:

- 1- partecipazione attiva e responsabile alle attività proposte;
- 2- dal proprio livello di partenza, miglioramento delle capacità tecniche nei vari ambiti sportivi;
- 3- rispetto del regolamento della palestra.

OBIETTIVI MINIMI DELLA DISCIPLINA

Gli alunni con particolari difficoltà motorie svolgeranno il medesimo programma della classe ma sarà loro richiesto il conseguimento di competenze minime proporzionate alla loro età ed ai livelli di partenza evidenziati, senza tenere particolarmente conto degli aspetti tecnici delle attività. Nella valutazione di questi casi particolari l'insegnante terrà conto:

- dei miglioramenti evidenziati rispetto al livello di partenza;
- della partecipazione alle attività con particolare attenzione all'interazione positiva con il gruppo.

In particolare, per gli alunni con certificazioni speciali e che richiedono una programmazione individualizzata anche dal punto di vista motorio, si farà riferimento alle indicazioni contenute nelle documentazioni relative (PEI concordato con l'insegnante di sostegno).