



DOCENTE: Montagna Lorenzo **CLASSE:** 2B AFM

DISCIPLINA: Scienze Motorie

TESTO ADOTTATO: Più movimento, Marietti Scuola

COMPETENZE FISSATE DALLA NORMATIVA:			
Consapevolezza della propria corporeità			
Cogliere le implicazioni e i benefici derivanti dalla pratica delle attività fisiche			
Salute, benessere, sicurezza e prevenzione			
Unità didattica: Anatomia del sistema scheletrico e nomenclatura (teoria)			
TEMPI: primo trimestre			
<i>ABILITA' DA SVILUPPARE</i>	<i>CONOSCENZE/CONTENUTI ESSENZIALI</i>	<i>MODALITÀ DI RILEVAZIONE/VERIFICA (INDICATIVE)</i>	<i>METODI E STRUMENTI DI INSEGNAMENTO (INDICATIVI)</i>
<i>Saper definire correttamente e apprendere l'anatomia del sistema scheletrico e articolare anche in chiave funzionale e la sua relazione con il movimento umano</i>	<ul style="list-style-type: none">- Anatomia strutturale e funzionale del sistema scheletrico- Differenti tipi di articolazione e movimenti possibili- Terminologia base del movimento umano- Piani ed assi di movimento- Diverse tipologie di movimento nei diversi distretti del corpo umano	Valutazione teorica tramite test a crocette con valenza orale	Lezione frontale teorica in classe e pratica induttiva, deduttiva, cooperativa, learning, problem solving, lavoro in piccoli gruppi, direttiva in palestra Pdf teoria su classroom fornito dal docente

<i>Saper definire correttamente e apprendere le componenti base del movimento umano</i>			Libro di testo
-----------------------------------------------------------------------------------------	--	--	----------------

COMPETENZE FISSATE DALLA NORMATIVA:			
Consapevolezza della propria corporeità			
Cogliere le implicazioni e i benefici derivanti dalla pratica delle attività fisiche			
Salute, benessere, sicurezza e prevenzione			
Unità didattica: Anatomia funzionale del sistema muscolare (teoria)			
TEMPI: secondo pentamestre			
<i>ABILITA' DA SVILUPPARE</i>	<i>CONOSCENZE/CONTENUTI ESSENZIALI</i>	<i>MODALITÀ DI RILEVAZIONE/VERIFICA (INDICATIVE)</i>	<i>METODI E STRUMENTI DI INSEGNAMENTO (INDICATIVI)</i>
<i>Saper definire correttamente e apprendere la struttura del muscolo, le differenti tipologie, le principali proprietà del tessuto muscolare e l'anatomia del sistema muscolare anche in chiave funzionale e la sua relazione con il movimento umano</i> <i>Saper definire correttamente e apprendere la</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Organizzazione del sistema muscolare - Proprietà del tessuto muscolare e diverse tipologie di tessuto muscolare - Energetica muscolare - Anatomia funzionale dei principali gruppi muscolari del corpo umano 	Valutazione teorica tramite test a crocette con valenza orale	Lezione frontale teorica in classe e pratica direttiva, induttiva, deduttiva, cooperativa, learning, problem solving, lavoro in piccoli gruppi in palestra Pdf teoria su classroom fornito dal docente Libro di testo

<i>nomenclatura e le azioni dei principali gruppi muscolari</i>			
-----------------------------------------------------------------	--	--	--

COMPETENZE FISSATE DALLA NORMATIVA:			
Conoscenza e pratica di varie attività sportive sia individuali che di squadra sperimentando i diversi ruoli di giocatore, giudice, arbitro ed organizzatore			
Consapevolezza della propria corporeità			
Valori sociali dello sport			
Sport, regole e fair play			
Unità didattica: Ultimate frisbee (pratica)			
TEMPI: primo trimestre			
<i>ABILITA' DA SVILUPPARE</i>	<i>CONOSCENZE/CONTENUTI ESSENZIALI</i>	<i>MODALITÀ DI RILEVAZIONE/VERIFICA (INDICATIVE)</i>	<i>METODI E STRUMENTI DI INSEGNAMENTO (INDICATIVI)</i>
<i>Saper praticare lo sport dell'ultimate frisbee nei vari ruoli di giocatore, giudice, arbitro ed organizzatore</i> <i>Conoscenza delle regole e dei fondamentali dell'ultimate frisbee</i>	<i>Regole e fondamentali dell'ultimate frisbee</i> <i>Metodologie di allenamento per lo sviluppo dei fondamentali dell'ultimate frisbee</i>	Test pratico basato su: <ul style="list-style-type: none"> - Osservazione sistematica - Partita - Esecuzione dei fondamentali - Arbitraggio 	Lezione pratica direttiva, induttiva, deduttiva, cooperativa, learning, problem solving, lavoro in piccoli gruppi Libro di testo per regolamento e fondamentali

COMPETENZE FISSATE DALLA NORMATIVA:
Conoscenza e pratica di varie attività sportive sia individuali che di squadra sperimentando i diversi ruoli di giocatore, giudice, arbitro ed organizzatore
<i>Consapevolezza della propria corporeità</i>

Valori sociali dello sport			
Sport, regole e fair play			
Unità didattica: Pallavolo (pratica)			
TEMPI: secondo pentamestre			
<i>ABILITA' DA SVILUPPARE</i>	<i>CONOSCENZE/CONTENUTI ESSENZIALI</i>	<i>MODALITÀ DI RILEVAZIONE/VERIFICA (INDICATIVE)</i>	<i>METODI E STRUMENTI DI INSEGNAMENTO (INDICATIVI)</i>
<p><i>Saper praticare lo sport della pallavolo nei vari ruoli di giocatore, giudice, arbitro ed organizzatore</i></p> <p><i>Conoscenza delle regole e dei fondamentali della pallavolo</i></p>	<p><i>Regole e fondamentali della pallavolo</i></p> <p><i>Metodologie di allenamento per lo sviluppo dei fondamentali della pallavolo</i></p>	<p>Test pratico basato su:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Osservazione sistematica - Partita - Esecuzione dei fondamentali - Arbitraggio 	<p>Lezione pratica direttiva, induttiva, deduttiva, cooperativa, learning, problem solving, lavoro in piccoli gruppi</p> <p>Libro di testo per regolamento e fondamentali</p>

COMPETENZE FISSATE DALLA NORMATIVA:
Consapevolezza della propria corporeità
Buona preparazione motoria
Cogliere le implicazioni e i benefici derivanti dalla pratica delle attività fisiche prevenendo le situazioni a rischio
Percezione di sé e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie
Salute, benessere, sicurezza e prevenzione
Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico
Unità didattica: Capacità motorie condizionali e coordinative (pratica)
TEMPI: primo e secondo pentamestre

<i>ABILITA' DA SVILUPPARE</i>	<i>CONOSCENZE/CONTENUTI ESSENZIALI</i>	<i>MODALITÀ DI RILEVAZIONE/VERIFICA (INDICATIVE)</i>	<i>METODI E STRUMENTI DI INSEGNAMENTO (INDICATIVI)</i>
<p><i>Saper definire correttamente e apprendere cosa sono e quali sono le capacità motorie condizionali e coordinative mettendole in pratica</i></p> <p><i>Apprendere le strategie per l'allenamento e lo sviluppo delle capacità motorie condizionali e coordinative</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Capacità motorie condizionali</i> - <i>Capacità motorie coordinative</i> 	<p>Valutazione pratica tramite test pratici:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Navetta 4 x 10m - Salto in lungo da fermo - Salto della corda in 30" - Getto della palla medica da seduto - Equilibrio monopodalico su base instabile - Cooper 12' (facoltativo) 	<p>Lezione frontale pratica direttiva, induttiva, deduttiva, cooperativa, learning, problem solving, lavoro in piccoli gruppi in palestra</p> <p>Libro di testo</p>

Al termine dell'anno scolastico si rileva che la programmazione pianificata ad inizio anno è stata portata a termine entro i termini temporali prefissati. La classe ha raggiunto in maniera soddisfacente gli obiettivi riguardanti la parte pratica. Per quanto riguarda la parte teorica si registra un generale calo dei risultati dal primo trimestre al secondo pentamestre che ha leggermente abbassato le medie. La condotta generale è invece migliorata. Non si registrano alunni insufficienti.