

**PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE** a.s. 2021/2022

**DOCENTE: Montagna Lorenzo CLASSE: 4S DISCIPLINA: Scienze Motorie**

**TESTO ADOTTATO: Più movimento, Marietti Scuola**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***COMPETENZE FISSATE DALLA NORMATIVA:*** | | | |
| Stile di vita sano e attivo | | | |
| Cogliere le implicazioni e i benefici derivanti dalla pratica delle attività fisiche svolte nei diversi ambienti, prevenendo le situazioni a rischio | | | |
| Salute, benessere, sicurezza e prevenzione | | | |
| **Unità didattica: Sport e doping** (teoria) | | | |
| **TEMPI: primo trimestre** | | | |
| *ABILITA' DA SVILUPPARE* | *CONOSCENZE/CONTENUTI ESSENZIALI* | *MODALITÀ DI RILEVAZIONE/VERIFICA*  *(INDICATIVE)* | *METODI E STRUMENTI DI INSEGNAMENTO*  *(INDICATIVI)* |
| *Saper definire e comprendere il concetto di doping distinguendo la classificazione delle varie metodiche e sostanze esistenti proibite*  *Saper sviluppare senso critico sulla realtà sportiva sia amatoriale che professionistica comprendendo il pericoloso dilagare nella società del fenomeno doping* | * *Definizione di doping* * *Organismi internazionali per la lotta al doping e loro peculiarità* * *Classificazione di sostanze e metodi* * *Sostanze non soggette a restrizione* | **Valutazione teorica tramite test a crocette con valenza orale** | Lezione frontale teorica in classe  Pdf teoria su classroom fornito dal docente  Libro di testo |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***COMPETENZE FISSATE DALLA NORMATIVA:*** | | | |
| Valori sociali dello sport | | | |
| Cogliere le implicazioni e i benefici derivanti dalla pratica delle attività fisiche svolte nei diversi ambienti ed in modalità adattata | | | |
| Salute, benessere, sicurezza e prevenzione | | | |
| Sport, regole e fair play | | | |
| **Unità didattica: Sport e disabilità** (teoria) | | | |
| **TEMPI: secondo pentamestre** | | | |
| *ABILITA' DA SVILUPPARE* | *CONOSCENZE/CONTENUTI ESSENZIALI* | *MODALITÀ DI RILEVAZIONE/VERIFICA*  *(INDICATIVE)* | *METODI E STRUMENTI DI INSEGNAMENTO*  *(INDICATIVI)* |
| *Saper definire e comprendere come lo sport possa essere adattato alle varie disabilità risultando così patrimonio universale inclusivo*  *Saper definire e comprendere le varie classificazioni di disabilità*  *Saper definire e comprendere le varie specialità esistenti nello sport per disabili e di inclusione con esempi pratici* | * *Definizione e classificazione delle disabilità* * *Principi generali dell’attività adattata* * *Specialità dello sport per disabili* * *Fini e metodi dello sport integrato* | **Valutazione teorica tramite test a crocette con valenza orale** | Lezione frontale teorica in classe  Pdf teoria e video dimostrativi su classroom forniti dal docente  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 dell’apparato scheletrico e capacità motoria condizionale della mobilità articolare** (teoria) | | | |
| **TEMPI: secondo pentamestre** | | | |
| *ABILITA' DA SVILUPPARE* | *CONOSCENZE/CONTENUTI ESSENZIALI* | *MODALITÀ DI RILEVAZIONE/VERIFICA*  *(INDICATIVE)* | *METODI E STRUMENTI DI INSEGNAMENTO*  *(INDICATIVI)* |
| *Saper definire correttamente e apprendere l’anatomia del sistema scheletrico e articolare anche in chiave funzionale e la sua relazione con il movimento umano*  *Saper definire correttamente e apprendere le componenti base del movimento umano*  *Saper definire correttamente e apprendere cosa è la mobilità articolare e quali sono le diverse tipologie* | * *Anatomia strutturale e funzionale del sistema scheletrico* * *Differenti tipi di articolazione e movimenti possibili* * *La capacità motoria condizionale della mobilità articolare* * *Proprietà del tessuto muscolare in relazione alla mobilità articolare* | **Valutazione teorica tramite test a crocette con valenza orale** | Lezione frontale teorica in classe e pratica direttiva in palestra  Pdf teoria su classroom fornito dal docente  Libro di testo |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***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: Giochi sportivi: beach volley** (pratica) | | | |
| **TEMPI: secondo pentamestre** | | | |
| *ABILITA' DA SVILUPPARE* | *CONOSCENZE/CONTENUTI ESSENZIALI* | *MODALITÀ DI RILEVAZIONE/VERIFICA*  *(INDICATIVE)* | *METODI E STRUMENTI DI INSEGNAMENTO*  *(INDICATIVI)* |
| *Saper praticare lo sport del beach volley nei vari ruoli di giocatore, giudice, arbitro ed organizzatore*  *Conoscenza delle regole e dei fondamentali del beach volley* | *Regole e fondamentali del beach volley*  *Metodologie di allenamento per lo sviluppo dei fondamentali del beach volley* | Test pratico basato su:   * Osservazione sistematica * Partita * Esecuzione dei fondamentali * Arbitraggio | Lezione pratica direttiva, induttiva, deduttiva, cooperativa, learning, problem solving, lavoro in piccoli gruppi presso la struttura del Quanta Village  Libro di testo per regolamento e fondamentali |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***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** | | | |
| *ABILITA' DA SVILUPPARE* | *CONOSCENZE/CONTENUTI ESSENZIALI* | *MODALITÀ DI RILEVAZIONE/VERIFICA*  *(INDICATIVE)* | *METODI E STRUMENTI DI INSEGNAMENTO*  *(INDICATIVI)* |
| *Saper definire correttamente e apprendere cosa sono e quali sono le capacità motorie condizionali e coordinative mettendole in pratica*  *Apprendere le strategie per l’allenamento e lo sviluppo delle capacità motorie condizionali e coordinative* | * *Capacità motorie condizionali* * *Capacità motorie coordinative* | Valutazione pratica tramite **test pratici**:   * **Navetta 4 x 10m** * **Salto in lungo da fermo** * **Salto della corda in 30”** * **Push up in 30”** * **Cooper 12’** (facoltativo) | Lezione frontale pratica direttiva, induttiva, deduttiva, cooperativa, learning, problem solving, lavoro in piccoli gruppi in palestra  Libro di testo |

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. Nella teoria si registra un peggioramento dei risultati generali nel secondo pentamestre causato dall’atteggiamento un po’ troppo superficiale di alcuni studenti nell’affrontare la parte teorica della materia. Non si registrano alunni insufficienti.