



MINISTERO DELL'ISTRUZIONE, DELL'UNIVERSITA' E DELLA RICERCA

UFFICIO SCOLASTICO REGIONALE PER IL LAZIO

Istituto d'Istruzione Superiore "Margherita HACK "

Largo Giovanni Paolo II, 1 – 00067 Morlupo (RM)

Cod. Mec. RMIS093003 - Cod. Fisc. 97197630581

Tel. 06/121125685 - Fax 06/9071935 - Distr. 31

Sede legale : **Liceo Scientifico "Giuseppe Piazzi"** Morlupo (RM) Cod. Mec. RMPS09301D

Sez. associata: **I.T.C.G. "P.L. Nervi"** Rignano Flaminio (RM) Cod. Mec. RMTD093019

Sez. associata: **I.P.S.C.T. "P.L. Nervi"** Rignano Flaminio (RM) Cod. Mec. RMRC093012

Sez. associata: **I.T.C.G. "P.L. Nervi" serale** Rignano Flaminio (RM) Cod. Mec. RMTD09351P

E-mail: rmis093003@istruzione.it

PEC: rmis093003@pec.istruzione.it

Sito web: www.iismargheritahack.gov.it

Cod. Univoco: UF5LDS

PROGETTAZIONE

CLASSE V SEZIONE A

DISCIPLINA: SCIENZE DELLE ATTIVITÀ MOTORIE E SPORTIVE

Docente: Orsi Patrizia

Classe: 4 sez. A

Numero di alunni:

Libro di testo:

ANNO SCOLASTICO 2018-2019

- **Situazione in ingresso:** La classe si presenta mediamente con buone abilità, con qualche studente di eccellenza; c'è una buona motivazione al lavoro e, in molti, un vivo interesse per l'attività motoria e sportiva.

- **Contributo della disciplina al conseguimento delle competenze di cittadinanza:**

COMPETENZA DI CITTADINANZA	CONTRIBUTI DELLA DISCIPLINA
<i>alfabetica funzionale</i>	
<i>multilinguistica</i>	
<i>matematica e competenza in scienze, tecnologie e ingegneria</i>	
<i>digitale</i>	
<i>personale, sociale e capacità di imparare a imparare</i>	ACQUISIRE UN EQUILIBRIO PSICOFISICO ATTRAVERSO LA COMPrensIONE E L'AFFINAMENTO DEL LINGUAGGIO CORPOREO COME CONTRIBUTO ALLA COMPrensIONE DI SÉ E DEGLI ALTRI
<i>cittadinanza</i>	COMUNICARE, COLLABORARE E PARTECIPARE, AGIRE IN MODO AUTONOMO E RESPONSABILE
<i>imprenditoriale</i>	
<i>consapevolezza ed espressione culturali</i>	

- Articolazione di conoscenze, abilità e competenze in unità di apprendimento:

UNITA' DI APPRENDIMENTO UDA	
Denominazione	COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO DELLE CAPACITÀ MOTORIE ED ESPRESSIVE, APPRENDIMENTO DELLE NOZIONI TEORICHE FUNZIONALI ALLA DISCIPLINA
Competenze chiave di cittadinanza	Personale, sociale e capacità di imparare ad imparare
Competenze disciplinari	Potenziamento delle capacità coordinative e scioltezza articolare
Conoscenze/contenuti	Consolidamento degli schemi motori di base, potenziamento muscolare, potenziamento fisiologico, esercizi di allungamento per il miglioramento dell'escursione articolare, esercizi per il miglioramento funzionale dei vari apparati, con particolare riguardo a quello cardio-circolatorio e respiratorio; esercizi per il miglioramento della coordinazione e atti all'educazione dello schema corporeo; tali esercizi oltre che individualmente, a coppie ed a corpo libero, saranno effettuati con l'ausilio dei seguenti attrezzi: bacchette, palle, funi, spalliere, palco di salita, salto in alto e trave. Giochi sportivi con forme semplici di schemi di gioco, del regolamento e del codice arbitrale, atti a migliorare attitudine della personalità e rispetto delle regole, come: pallavolo, pallacanestro, calcio, tennis-tavolo e calcio-tennis. Particolare attenzione sarà poi dedicata al miglioramento della conoscenza del sé, attraverso la conoscenza del proprio corpo. Durante l'arco dell'anno scolastico verranno inoltre trattati argomenti teorici riguardanti: apparati, alimentazione e primo soccorso.
Obiettivi specifici di apprendimento/Abilità	Approfondimento della conoscenza della terminologia della disciplina e dei distretti corporei, rielaborazione degli schemi motori posseduti, consolidamento delle capacità condizionali e coordinative, consolidamento del carattere, sviluppo della socialità e senso civico, potenziamento fisiologico, conoscenza e pratica dei giochi di squadra, conoscenza dei vari apparati del corpo umano e del sistema muscolare; conoscenza delle regole fondamentali degli sport praticati e applicazioni delle stesse attraverso la direzione di partite, delle principali norme di igiene e prevenzione degli incidenti; saper valutare le proprie capacità motorie ed assumere ruoli congeniali alle proprie attitudini e

	propensioni.
Utenti destinatari	La classe
Tempi	Lo svolgimento dell'attività didattica verrà modulato, nei tempi, in relazione alla risposta di apprendimento psico-motorio degli studenti, alla situazione climatica, alla disponibilità della palestra ed alle attrezzature disponibili al momento
Metodologia Didattica	Lezioni frontali, lavori di gruppo e compiti a casa
Strumenti	
Criteri di Verifica	<input type="checkbox"/> Osservazioni sistematiche <input type="checkbox"/> Miglioramento delle abilità rispetto alla situazione di partenza. <input type="checkbox"/> Partecipazione attiva alle attività didattiche, analisi dei comportamenti individuali, di collaborazione, di aiuto e di sostegno ai compagni in difficoltà <input type="checkbox"/> Prove pratiche, specifiche, in itinere. <input type="checkbox"/> utilizzo di test specifici <input type="checkbox"/> Autovalutazione <input type="checkbox"/> Valutazione dei lavori di gruppo
Criteri di Valutazione	Le valutazioni terranno conto dell'insieme di manifestazioni di conoscenze, abilità e competenze espresse dagli studenti, oltreché dei miglioramenti da questi raggiunti rispetto ai rispettivi livelli di partenza. Trattandosi di una disciplina di tipo pratico/orale, il giudizio non potrà consistere nel semplice calcolo di voti assegnati al termine delle verifiche tecnico-pratiche che saranno proposte nel corso dell'anno, ma dovrà invece assumere il carattere di un accertamento di presenza di livello, sostenuto da una pluralità di dati, quali: <i>a)</i> l'impegno, <i>b)</i> la partecipazione attiva, <i>c)</i> il rispetto delle regole e <i>d)</i> l'autocontrollo. Al termine del primo quadrimestre sarà anche effettuata una valutazione sull'esercizio del saltello alternato semplice in decontrazione (50'' in decontrazione)

Contributo della materia all'orientamento formativo degli studenti:

..... L'insegnamento delle Scienze Motorie si propone le seguenti finalità:
 Favorire l'armonico sviluppo dell'adolescente agendo in forma privilegiata sull'area motoria della personalità, tramite il miglioramento delle capacità fisiche e neuromuscolari. Rendere l'adolescente cosciente della propria corporeità, sia come disponibilità e padronanza motoria, sia come capacità relazionale, al fine di aiutarlo a superare le difficoltà e le contraddizioni tipiche dell'età. Facilitare l'acquisizione di una cultura delle scienze motorie che tenda a promuovere la pratica motoria come costume di vita e la coerente coscienza e conoscenza dei diversi significati che le attività motorio-sportive assumono in un corretto stile di vita. L'intervento educativo della disciplina non si basa solo su aspetti pratici e specifici della materia, ma sul raggiungimento di una cultura del movimento

e sull'approfondimento della corporeità, attraverso un percorso operativo che consenta un approccio diverso, più consapevole, al concetto di salute dinamica. Nel contempo, va considerato che le due ore di lezione curricolare settimanali non possono essere da sole sufficienti per un concreto sviluppo delle capacità e delle abilità strettamente motorie, ma possono sicuramente contribuire ad un armonico accrescimento della persona valorizzando il percorso culturale delle scienze motorie e sportive.

La progettazione, avrà come filo conduttore e finalità, l'elaborazione di un curriculum per contenuti e avrà nel corso del quinquennio una progressiva implementazione, sia qualitativa che quantitativa (numero delle ripetizioni ed intensità), pur restando sostanzialmente invariata la "griglia" di attività descritte all'interno delle UDA.

Morlupo, 29/10/2018

Docente

Prof.ssa Orsi Patrizia