

Istituto Scolastico Paritario Amministrazione Finanza e Marketing

“Salvatore Quasimodo”

Via Giacinto Lo Giudice, 1

94015 – Piazza Armerina

PROGRAMMAZIONE SCIENZE MOTORIE

ANNO SCOLASTICO 2023-2024

INSEGNANTE: MAURO BONIFAZIO

1 - FINALITA'

Favorire un'equilibrata maturazione psicologica, intellettuale e morale degli alunni e migliorare l'inserimento sociale attraverso le attività che della disciplina sono peculiari. Ha il privilegio di rivolgersi alla totalità della personalità degli stessi, mirando a coinvolgerli in tutti gli aspetti teorici e pratico-ludici propri della disciplina, integrando il sapere delle nozioni teoriche con la scoperta della praticità e della corporeità. Gli obiettivi vanno ricercati sia in un apprendimento teorico, alla scoperta e alla valorizzazione del corpo e del movimento ma soprattutto alla formazione strettamente personale del discente, che attraverso questa disciplina viene guidato nel processo di autoformazione morale, intellettuale, psicofisica e sociale.

2 – OBIETTIVI SPECIFICI

Prendere coscienza di sé e della propria fisicità

Superare le difficoltà attraverso l'impegno e la tenacia

Conoscere il funzionamento dei principali sistemi e apparati coinvolti nel movimento

Acquisire autocontrollo nelle situazioni di gioco come *transfer* nella vita reale

Mantenere l'attenzione e la concentrazione

Migliorare le capacità condizionali e coordinative necessarie allo svolgimento di attività sportive

Sviluppare fantasia e creatività motoria

3 – CONTENUTI TEORICI

Prima e seconda classe

- Cenni di anatomia umana;
- La scoperta del movimento;
- Attività fisica, motoria e sportiva;
- Capacità coordinative;
- Capacità condizionali;
- Sport Aerobici e Anaerobici;

Terza e quarta classe

- Cenni di anatomia umana;
- La scoperta del movimento;

- Attività fisica, motoria e sportiva;
- Capacità coordinative;
- Capacità condizionali;
- Sport Aerobici e Anaerobici;
- I principali apparati coinvolti nel movimento e nelle attività sportive;
- Alimentazione;
- Le dipendenze;
- Nozioni di primo soccorso;
- Focus sugli sport più praticati e praticabili nella struttura;
- Il Fair Play e il doping;
- Il gioco e lo sport come insegnamento di vita;
- I valori dello sport;

Quinta classe

- Cenni di anatomia umana;
- La scoperta del movimento;
- Attività fisica, motoria e sportiva;
- Capacità coordinative;
- Capacità condizionali;
- Sport Aerobici e Anaerobici;
- I principali apparati coinvolti nel movimento e nelle attività sportive;
- Alimentazione;
- Le dipendenze;
- Nozioni di primo soccorso;
- Focus sugli sport più praticati e praticabili nella struttura;
- Il Fair Play e il doping;
- Il gioco e lo sport come insegnamento di vita;
- I valori dello sport;
- Approfondimenti sull'apparato muscolo-scheletrico
- Focus sui principali apparati e sistemi coinvolti nel movimento umano

3 – CONTENUTI PRATICI

Le lezioni in palestra verranno svolte dopo un'infarinatura teorica dell'argomento in questione per stimolare l'apprendimento dello stesso e sperimentare quanto appreso in chiave pratica per favorire il consolidamento delle nozioni e scoprire la corporeità. Il lavoro verrà svolto nel pieno rispetto e nella consapevolezza motoria dei discenti, verrà enfatizzato il *saper fare* individuando le eventuali insicurezze per correggerle e sperimentarle in un clima che mira alla consapevolezza di sé e all'apprendimento di schemi motori e gestualità utili allo svolgimento di attività sportive. Le attività saranno occasione di integrazione, confronto e collaborazione tra gli alunni. Verranno utilizzati alcuni test iniziali per accertare il livello di ogni alunno per poi integrare circuiti coordinativi utili allo svolgimento delle successive attività. Si spazierà nella scoperta degli sport più praticati e praticabili in struttura mediante una componente ludica, fondamentale per l'apprendimento e il mantenimento di un clima collaborativo. Verranno indagati dunque gli interessi dei discenti, le passioni, la voglia di mettersi in gioco attraverso la scoperta dello sport e delle attività sportive. Lo svolgimento verrà accompagnato da delle spiegazioni tecnico-teoriche e l'impegno fisico sarà adeguato all'età, alle condizioni e al livello di partenza. Verrà enfatizzato il gioco di squadra e i valori che da esso derivano come occasione di confronto e di crescita personale degli alunni in una prospettiva che mira al raggiungimento di una consapevolezza di sé, del rispetto delle regole e degli altri e della diversità.

4 – METODOLOGIA E STRUMENTI

Lezioni frontali e guidate;

Lezioni interattive e video lezioni;

Assegnazione di compiti ed esercitazioni in classe;

Esercitazioni tecnico-sportive;

Esercitazioni individuali, in coppia e in gruppo;

Circuiti coordinativi e sportivi;

5 – MODALITA' DI VERIFICA E VALUTAZIONE

Le valutazioni teoriche indagheranno l'apprendimento degli alunni mediante le lezioni frontali e interattive, il ripasso degli argomenti nella prima parte delle lezioni riguardo gli argomenti precedenti favorirà la comprensione e il consolidamento delle nozioni apprese per progredire in quelle successive. Le valutazioni verranno effettuate tramite esposizioni orali e test di verifica scritti. Per ciò che riguarda le valutazioni pratiche verranno compilate delle tabelle in cui si analizzerà il livello iniziale di ogni alunni e si osserveranno e valuteranno i progressi anche e soprattutto in virtù dell'impegno profuso nel raggiungimento degli obiettivi, personalizzati e non.