# Scienze motorie e sportive

*Docente*: La Porta Andrea

*Obiettivi didattici*

* Miglioramento delle qualità fisiche di base e delle principali funzioni organiche.
* Sviluppo delle capacità coordinative con attenzione alla precisione  e all’accuratezza del gesto sportivo.
* Conoscenza delle principali nozioni sulla tutela della salute. Conoscenza generale delle metodiche relative al mantenimento della salute, alla prevenzione degli infortuni e al primo intervento di pronto soccorso
* Approfondire  i fondamentali delle principali discipline sportive (pallavolo, basket, calcetto) e saper elaborare ed organizzare schemi di gioco anche autonomamente.
* Essere in grado di organizzare in modo autonomo fasi della lezione, anche per i compagni.
* Saper svolgere compiti di giuria ed arbitraggio.
* Dimostrare con adeguati comportamenti l’acquisizione delle norme relative ad un corretto stile di vita.

*Strumenti*

* Attrezzature presenti nelle palestre e nei campi esterni.
* Piccoli e grandi attrezzi.

*Metodologia*

Da un approccio di tipo globale, si è passati ad metodologia più analitica.

Le lezioni sono state effettuate in modo frontale, partecipate e in alcune fasi autogestite, e hanno previsto momenti di lavoro sia individuali che di gruppo.

La metodologia utilizzata prevede sessioni partecipate, problem solving soprattutto nell’attuare strategie adeguate nei giochi sportivi, tutoraggio tra pari, attraverso:

1. esercizi a carico naturale;

2. esercizi con leggeri sovraccarichi;

3. esercizi con piccoli e grandi attrezzi;

4. esercizi individuali a coppie e a piccoli gruppi;

5. fasi di feedback e riflessione sul lavoro svolto.

*Verifica e valutazione*

La valutazione sommativa è il risultato dell’impegno rilevato durante le ore di lezione, il rispetto delle regole, delle norme igieniche personali; peserà sulla valutazione la frequenza delle lezioni, l’interesse, la partecipazione e il livello delle abilità motorie raggiunto.

Tale impegno è quantificato dall’effettiva attività svolta durante la scansione della lezione che prevede la fase di riscaldamento - la parte centrale (nonché l’attività motoria proposta oggetto di rilevazioni e successive osservazioni dei dati raccolti da parte dell’insegnante e degli stessi alunni nelle fasi di feedback) e l’attività ludica/ sportiva: momento emotivo di massimo coinvolgimento, crescita personale e di gruppo - espressione dello spirito agonistico e del fair play.

Le giustifiche ripetute non certificate saranno valutate con insufficienza finale.

*Numero verifiche sommative previste per ogni periodo*

Si sono effettuate due prove di abilità motoria nel primo trimestre / tre nel secondo.

GIUDIZIO SINTETICO

La classe dimostra interesse alla materia, partecipando attivamente alle lezioni sia pratiche che teoriche. L’impegno continuo e costante ha portato la classe a raggiungere gli obiettivi prefissati. Il giudizio globale risulta essere ottimo.