

PROGRAMMA PREVENTIVO 2011.12

Biennio dell'obbligo **MATERIA Scienze motorie e sportive**

<p>LINEE GENERALI E COMPETENZE</p>	<p>Competenze di base da acquisire nel corso del biennio</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conseguire la padronanza del proprio corpo sperimentando un'ampia gamma di attività motorie e sportive promuovendo un equilibrato sviluppo fisico e psichico. • Utilizzare gli strumenti fondamentali per una fruizione consapevole del proprio schema corporeo • Agire in maniera responsabile, ragionando su quanto si sta ponendo in atto, rilevando le cause dei propri errori e adeguando procedure di correzione • Analizzare la propria e l'altrui prestazione, scorgendone aspetti positivi e negativi <p style="text-align: center;">Finalità dell'insegnamento di educazione fisica per il biennio</p> <ul style="list-style-type: none"> • Maturare un atteggiamento positivo verso uno stile di vita sano e attivo • Potenziare le abilità di base maturate nelle esperienze scolastiche precedenti. • Confrontarsi e collaborare con i compagni, lavorando in gruppo e individualmente, condividendo regole per il conseguimento di obiettivi comuni • Avere maggiore fiducia in se stesso attraverso esperienze di riuscita e di successo in differenti tipologie di attività
<p>OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO</p>	<p>Obiettivi dell'insegnamento di Educazione Fisica nel biennio</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità. • Ampliare le capacità coordinative e condizionali realizzando schemi motori utili ad affrontare attività diversificate. • Decodificare consapevolmente criticamente e decodificando i propri messaggi corporei e quelli altrui. • Promuovere la consuetudine all'attività motoria e sportiva attraverso la pratica degli sport individuali e di squadra, anche quando assume carattere di competitività. • Praticare gli sport di squadra applicando strategie efficaci per la risoluzione di situazioni problematiche. • Impegnarsi negli sport individuali abituandosi al confronto e alla assunzione di responsabilità personali. • Collaborare con i compagni all'interno del gruppo facendo emergere le proprie potenzialità.
<p>OBIETTIVI MINIMI</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Saper esprimere una gamma di movimenti semplici e relativamente complessi in azione armonica e coordinata, esprimendo aspetti ritmici e spaziali fluidi e ordinati • Capire che il corpo comunica attraverso un linguaggio specifico e saper padroneggiare ed interpretare i messaggi che esso trasmette • Conoscere e gestire elementi tecnici specifici di alcune tra le principali discipline scolastiche individuali e di squadra, ottimizzando il proprio ruolo in seno all'attività dei propri compagni nel rispetto delle diversità di attitudine e capacità fisiche
<p>COMPETENZE ABILITÀ/CAPACITÀ CONOSCENZE RIFERITE ALLA CERTIFICAZIONE DEL NUOVO BIENNIO SCOLASTICO</p>	<p>Competenze di base da acquisire nel corso del biennio</p> <ul style="list-style-type: none"> • Saper camminare, correre, saltare ed eseguire andature nelle diverse direzioni dello spazio, coordinando movimenti degli arti superiori ed inferiori su piani e direzioni diversificati • Concepire e conservare, sviluppando movimento, una postura corretta; conoscere la relazione che intercorre tra i diversi segmenti corporei, saper modulare le diverse velocità e ampiezze finalizzandole alle necessità. • Conoscere le regole di alcuni sport individuali e di squadra, riconoscendo in queste sia i necessari limiti operativi che la possibilità di istruire un comportamento tecnico e tattico adeguato • Intuire e realizzare un adeguato rapporto propriocettivo tra le varie unità motorie di compartimento in modo da porre le basi per un successivo sviluppo di un'ampia gamma di schemi motori.

SINTESI DEI CONTENUTI	<p>Grammatica motoria</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. conoscenza dei lemmi relativi alla terminologia ginnastica 2. conoscenza dei principali termini delle discipline sportive 3. comunicazione non verbale 4. codici e linguaggi motori 5. la frase motoria: la frase individuale e quella corale <p>Conoscenze e Competenze</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Propedeutica ai giochi sportivi, familiarizzazione con la palla e le sue traiettorie 2. Fondamentali della pallavolo: modalità di gioco, schema in campo, punteggio, tecnica di tocco della palla, azione di attacco, replica difensiva. 3. Fondamentali della pallacanestro: regole di gioco, trattamento di palla, movimento con e senza palla, schemi di passaggio, il tiro e il 3° tempo. 4. Schemi motori di base: tramite questi, composizione di frasi motorie complesse e regolate sotto il profilo spazio-temporale. 5. Disciplinare la forza e l'energia nelle varie attività, saper graduare e differenziare. 6. Ottimizzare le proprie risorse in funzione del proprio stato di preparazione e delle necessità del momento. 7. Conoscenza delle più semplici tecniche di riscaldamento corporeo 8. Conoscenza delle più elementari norme di igiene personale. 9. Attività respiratoria e rilassamento: saper controllare il proprio respiro e regolarlo per ampiezza e ritmo, conoscere la funzione della respirazione diaframmatici 10. Semplici esercizi di preacrobatica e acrobatica 11. Semplici esercizi di arrampicata su grandi attrezzi 12. Semplici esercizi statici e deambulatori di equilibrio 13. I salti, i lanci le corse dell'atletica leggera, la stafetta 14. Lo stretching e le sue più nobili origini nella disciplina dello Yoga.
CRITERI DI VALUTAZIONE	<p>Partecipazione, tempestività di intervento, collaborazione, interesse, pertinenza, e correttezza espositive, organizzazione logica dei contenuti, rielaborazione combinata degli elementi appresi e utilizzati convenientemente e funzionalmente con le diverse situazioni.</p> <p>NB: non avranno particolare importanza i livelli prestativi, soprattutto quelli di livello assoluto. Giocheranno invece un certo ruolo le eventuali valutazioni oggettive di livelli relativi espressi nel tempo, sintomi di progresso e di sviluppo di qualità e potenzialità</p> <p>Livelli:</p> <p>Eccellente (10); Ottimo (9); Buono (8) Discreto (7); Sufficiente (6); Insufficiente (5); Gravemente insufficiente (4); Scarso o nullo (1-3)</p>

I docenti del dipartimento della materia

Prof.ri: Marco Di Maggio

..... Raffaella Gentili

..... Rita Di Rutigliano