

**SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO “ CARD. P.M. CORRADINI “**  
**PROGRAMMAZIONE DIDATTICA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

|                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Docente:</b> Prof. Messina Stefano <b>Scuola:</b> Scuola Secondaria di primo grado “ P.M. Corradini “ <b>Classe:</b> III sez. unica <b>A.S.</b> 2016/2017                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>TEMA PROGETTUALE</b>                                                                                                                                                                                                | <b>CON GLI OCCHI DEL CUORE: EREDI.... PER UNA SPLENDIDA UMANITA' !</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p style="text-align: center;"><b>U.A 1</b></p> <p style="text-align: center;"><b>EREDI CHE SI PRENDONO CURA:</b></p> <p>Impariamo a conoscere il proprio corpo e prendersene cura attraverso le regole e lo sport</p> | <p>L'alunno interiorizza il valore della propria persona, delle proprie capacità e delle proprie aspettative interagendo e confrontandosi con gli altri, tenendo presente il percorso fatto durante la sua crescita attraverso l'attività ginnico sportiva</p> <p><b>OBIETTIVI FORMATIVI:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere i principali elementi del corpo umano e saper rilevare i principali cambiamenti morfologici del corpo</li> <li>- Conoscere e migliorare le funzioni cardio respiratorie modulando e distribuendo il carico motorio</li> <li>- Saper relazionarsi e confrontarsi con gli altri</li> <li>- Percepire l'importanza del rispetto per sé, per gli altri e per l'ambiente circostante seguendo determinate regole</li> <li>- Padroneggiare le conoscenze che consentono, mediante il consolidamento delle capacità organico muscolari e coordinative la consapevolezza della propria persona</li> </ul> |
| <p style="text-align: center;"><b>U.A 2</b></p> <p style="text-align: center;"><b>EREDI CHE INCONTRANO I GRANDI</b></p>                                                                                                | <p>L'alunno fa un patto con il proprio io e distingue le funzioni organiche sollecitate attraverso le attività motorie, valutando il proprio stato di efficienza fisica ed identificando i benefici dell'attività fisica sull'apparato locomotore</p> <p><b>OBIETTIVI FORMATIVI:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere il proprio corpo, i principali nutrienti e le loro funzioni</li> <li>- Favorire le buone abitudini igieniche ed alimentari indispensabili per una vita sana</li> <li>- Conoscere e applicare i vantaggi della pratica sportiva, legata ad una corretta attività motoria e alimentazione</li> <li>- Saper rilevare la frequenza cardiaca prima e dopo l'attività fisica</li> <li>- Riconoscere i rischi dovuti all'uso delle sostanze dopanti nello sport</li> <li>- I veri campioni dello sport</li> </ul>                                                                                                 |
| <p style="text-align: center;"><b>U.A. 3</b></p> <p style="text-align: center;"><b>EREDI CHE SANNO CREARE LEGAMI AUTENTICI</b></p> <p>Impariamo a confrontarci e relazionarci</p>                                      | <p>L'alunno consolida il rapporto di amicizia nella società in cui è immerso e utilizza il concetto di regola e rispetto per entrare in relazione a se, agli altri e all'ambiente circostante attraverso un percorso comune</p> <p><b>OBIETTIVI FORMATIVI:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rispetto delle regole vigenti in ambito scolastico, in palestra e nella vita quotidiana</li> <li>- Conoscenza e applicazione delle differenti regole che caratterizzano i giochi sportivi individuali e di squadra con brevi cenni sulle olimpiadi moderne e antiche</li> <li>- Organizzazione di squadre con ruoli di giuria e arbitraggio</li> <li>- Conoscenza delle regole che caratterizzano la segnaletica stradale</li> </ul>                                                                                                                                                                                                       |
| <p style="text-align: center;"><b>U.A. 4</b></p> <p style="text-align: center;"><b>EREDI CHE LIBERANO LE STELLE</b></p> <p>Cresciamo e interagiamo con il mondo per riscoprire l'altro</p>                             | <p>L'alunno rielabora a trasmettere i suoi sentimenti ed emozioni principali attraverso l'espressione armonica, estetica e comunicativa del suo corpo interagendo e valorizzando anche l'altro condividendo le emozioni che il mondo gli trasmette</p> <p><b>OBIETTIVI FORMATIVI:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere le caratteristiche del linguaggio gestuale: il significato di azione, gesto, mimo</li> <li>- Utilizza il linguaggio gestuale per rappresentare stati d'animo, trasmettere messaggi, imitare azioni</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

## **ATTIVITA' E CONTENUTI**

All'inizio dell'anno scolastico nel mese di settembre verranno effettuate prove di ingresso ed osservazioni sistematiche per stabilire il livello di partenza del gruppo classe. I test effettuati saranno:

1. Salto in alto sul posto
2. Salto in lungo da fermo
3. Lancio palla medica da 2kg o lancio palla da basket
4. Test di Cooper corsa velocità sui 30 m
5. Corsa a navetta
6. Mobilità colonna vertebrale e spalle

Le attività previste durante le lezioni avranno i seguenti contenuti:

- Esercizi con piccoli attrezzi e grandi attrezzi
- Esercizi di lancio e presa individuale e in coppia
- Percorsi e circuiti per il potenziamento della forza e resistenza a carico naturale e piccoli sovraccarichi
- Esercizi di equilibrio e combinazione motoria
- Giochi presportivi di squadra e individuali
- Principali giochi di squadra ( pallavolo, calcio a 5 ) semplificati o adattati al contesto e organizzazione torneo
- Cenni sull'apparato locomotore e primo soccorso ed effetti del doping

## **METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE DA UTILIZZARE**

- Lezione frontale
- Lezione dialogata
- Discussione libera e guidata
- Lavoro di gruppo
- Insegnamento reciproco
- Peer education

**VERIFICHE E CRITERI DI VALUTAZIONE** Le verifiche verranno predisposte in itinere e al termine di ogni proposta didattica. Esse saranno strettamente connesse con l'attività svolta, in modo da costituire la naturale conclusione del lavoro e con il livello di partecipazione durante le ore di lezione. Saranno predisposte prove di questo tipo:

- Osservazione della partecipazione e dell'impegno al processo laboratoriale
- Prove pratiche: test motori specifici per la valutazione della performance
- Questionario feedback o prova strutturata
- Verifiche orali
- Autovalutazione attraverso griglie riferite a specifiche pratiche motorie o conoscenze
- Eventuali attività di recupero

Sul registro dell'insegnante verranno segnalate e valutate anche eventuali mancanze per quanto riguarda l'idoneo abbigliamento sportivo necessario durante la pratica dell'attività sportiva ( tuta, pantaloncini e scarpe da ginnastica ecc )

La valutazione sarà espressa in decimi e seguirà la seguente griglia di valutazione.

**DESCRITTORI PER LA VALUTAZIONE RELATIVI AI CONTENUTI PROGRAMMATI PER LA CLASSE**

| <b>VOTO IN DECIMI</b> | <b>COMPETENZE RELAZIONALI</b>                                                                                                                                                                                                            | <b>PARTECIPAZIONE</b>                                                                                                                                                                                                                                   | <b>RISPETTO DELLE REGOLE COMPORTAMENTO</b>                                                                                                                                                                                                                                     | <b>CONOSCENZA</b>                                                                      |
|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
|                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacità di mostrare atteggiamenti collaborativi e offrire il proprio apporto</li> <li>• Capacità di offrire atteggiamenti cooperativi e disponibilità all'inclusione dei meno abili</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Interesse</li> <li>• Motivazione</li> <li>• Assunzione di ruoli diversi</li> <li>• Capacità di proporre il proprio punto di vista</li> <li>• Capacità di proporsi e portare a termine gli incarichi</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Autocontrollo</li> <li>• Responsabilità nei trasferimenti dai locali e nel portare il materiale</li> <li>• Rispetto delle regole</li> <li>• Rispetto del fair play</li> <li>• Annotazioni di eventuali richiami o mancanze</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Risultati delle conoscenze abilità</li> </ul> |
| 10                    | PROPOSITIVO LEADER                                                                                                                                                                                                                       | COSTRUTTIVA                                                                                                                                                                                                                                             | CONDIVISIONE AUTOCONTROLLO                                                                                                                                                                                                                                                     | APPROFONDIRITA E DISINVOLTA                                                            |
| 9                     | COLLABORATIVO                                                                                                                                                                                                                            | EFFICACE                                                                                                                                                                                                                                                | APPLICAZIONE CON SICUREZZA E COSTANZA                                                                                                                                                                                                                                          | CERTA E SICURA                                                                         |
| 8                     | DISPONIBILE                                                                                                                                                                                                                              | ATTIVA E PERTINENTE                                                                                                                                                                                                                                     | CONOSCENZA APPLICAZIONE                                                                                                                                                                                                                                                        | SODDISFACENTE                                                                          |
| 7                     | SELETTIVO                                                                                                                                                                                                                                | ATTIVA                                                                                                                                                                                                                                                  | ACCETTAZIONE REGOLE PRINCIPALI                                                                                                                                                                                                                                                 | GLOBALE E ADEGUATO                                                                     |
| 6                     | DIPENDENTE POCO ADATTABILE                                                                                                                                                                                                               | DISPERSIVA E SETTORIALE                                                                                                                                                                                                                                 | GUIDATO ESSENZIALE                                                                                                                                                                                                                                                             | BASILARE                                                                               |
| 5                     | CONFLITTUALE                                                                                                                                                                                                                             | NON PARTECIPA QUASI MAI                                                                                                                                                                                                                                 | RIFIUTO                                                                                                                                                                                                                                                                        | PARZIALE                                                                               |
| 4                     | APATICO PASSIVO                                                                                                                                                                                                                          | OPPOSITIVA PASSIVA                                                                                                                                                                                                                                      | NON APPLICAZIONE                                                                                                                                                                                                                                                               | NON CONOSCE                                                                            |