



PROGRAMMAZIONE DIDATTICA ANNUALE DI DIPARTIMENTO

ANNO SCOLASTICO 2019/2020

DIPARTIMENTO DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

VICENZA 3 OTTOBRE 2019

DOCENTI

FIRMA

ARNALDI ANNA

BUSATTA ELENA

GHIRARDINI MAGDA

LORENZIN GIANCARLO

MARCHETTO MATTEO

PEGORARO RUGGERO

VEZZARO ELENA

MATERIA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

CLASSI

PRIME

INDIRIZZO/I TUTTI

PROGETTO DIDATTICO DELLA DISCIPLINA

In relazione a quanto richiesto dal Piano dell'Offerta Formativa si definiscono i seguenti **obiettivi** in termini di:

COMPETENZE

Applicazione delle conoscenze acquisite nelle specifiche attività motorie e teoriche per il mantenimento ed il miglioramento delle capacità condizionali e coordinative, nonché delle attività specifiche proposte

ABILITÀ

Capacità di elaborare e utilizzare le competenze e le conoscenze di base con l'obiettivo di praticare le specifiche attività motorie proposte, anche in funzione di una sana abitudine di vita.

CONOSCENZE

Acquisizione dei contenuti delle varie specialità dell'atletica leggera, degli sport individuali, dei giochi sportivi e degli elementi basilari della ginnastica artistica.
Conoscenze teoriche sull'apparato cardio-respiratorio.
Elementi di igiene, educazione alla salute e sicurezza.

I nuovi ordinamenti prevedono il raggiungimento delle competenze in quattro ambiti:

- Movimento;
- Linguaggio del corpo;
- Gioco sport;
- Salute e benessere.

Il dipartimento di scienze e motorie ha suddiviso la programmazione educativo-didattica in riferimento ai quattro ambiti nei seguenti contenuti.

1. CONTENUTI DISCIPLINARI MINIMI ESPOSTI PER MODULI - UNITÀ DIDATTICHE PERIODI DI ATTUAZIONE - DURATA

Modulo 0 – NORME DI COMPORTAMENTO E SICUREZZA

Contenuti	Periodo Durata (ore)
<ul style="list-style-type: none"> • Norme di comportamento, prevenzione infortuni e sicurezza. 	<u>Settembre- Giugno</u>

Modulo 1 -- POTENZIAMENTO FISIOLÓGICO E CAPACITA' MOTORIE

Prerequisiti (se richiesti)	Contenuti	Periodo Durata (ore)
	<ul style="list-style-type: none"> • Corsa costante, su distanze variabili, corsa intervallata. • Esercizi per le capacità condizionali e coordinative di base. 	<u>Settembre- Giugno</u>

Unità didattica n°1 : Esercizi per le capacità condizionali.

Unità didattica n°2 : Esercizi per le capacità coordinative, anche con piccoli attrezzi.

Modulo 2 - ATLETICA LEGGERA

Prerequisiti (se richiesti)	Contenuti	Periodo Durata (ore)
	<ul style="list-style-type: none"> • Andature propedeutiche ed esercitazioni tese all'acquisizione delle basi del gesto tecnico. • Avviamento alle discipline di atletica leggera. • Esercizi propedeutici ai lanci, ai salti, alla corsa 	<u>Settembre- Maggio</u>

Unità didattica n°1 : esercizi per i salti.

Unità didattica n°2 : esercizi per i lanci.

Unità didattica n°3 : esercizi per le corse piane.

Modulo 3 – GIOCHI SPORTIVI

Questo modulo viene svolto in base alla disponibilità degli spazi palestre.

Prerequisiti (se richiesti)	Contenuti	Periodo Durata (ore)
	<ul style="list-style-type: none"> • Esercizi e giochi base per i giochi sportivi di squadra. Cenni sugli schemi di gioco. • Elementi base dei fondamentali individuali 	<u>Ottobre- Giugno</u>

	<ul style="list-style-type: none"> • elementi base dei fondamentali di squadra • dalla tecnica individuale all'attività di gruppo 	
--	---	--

Unità didattica n°1 : esercizi e giochi di avviamento agli sport di squadra

Unità didattica n°2 : avviamento ai fondamentali individuali di pallavolo.

Unità didattica n°3 : esercitazioni propedeutiche individuali e di gruppo

Modulo 4 – SPORT INDIVIDUALI

Prerequisiti (se richiesti)	Contenuti	Periodo Durata (ore)
	<ul style="list-style-type: none"> • Esercitazioni basilari di equilibrio statico, dinamico e in volo allo scopo di migliorare gli schemi motori previsti per queste unità didattiche. • Semplici esercizi a corpo libero • Eventuali esercizi specifici e aspecifici anche con piccoli attrezzi inerenti alla tecnica di sport individuali. 	<u>Settembre- Giugno</u>

Unità didattica n°1 : Elementi di pre-acrobatica.

Unità didattica n°2 : esercizi base a corpo libero e di alcuni sport individuali

Modulo 5 – ELEMENTI BASE DI TEORIA

Prerequisiti (se richiesti)	Contenuti	Periodo Durata (ore)
	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscenze di base dell'apparato respiratorio e circolatorio. Elementi di igiene, educazione alla salute e sicurezza. • Teoria e regolamento delle discipline dell'atletica leggera proposte. • Teoria e regolamento degli sport di squadra proposti. • Teoria e regolamento delle discipline individuali proposte. 	<u>Settembre- Giugno</u>

Unità didattica n°1 : Teoria

2. METODOLOGIE

- Lezione frontale.
- Coinvolgimento degli alunni in esercitazioni guidate.
- Principio della gradualità (dal semplice al complesso).
- Metodo imitativo.
- Si tende prevalentemente al metodo globale, si utilizza il metodo analitico solo per tecniche particolarmente complesse.

3. MATERIALI DIDATTICI

- Palestre, spazi esterni, parco Querini ed attrezzature a disposizione. La successione temporale dei moduli potrebbe subire variazioni in base alla disponibilità degli spazi sportivi disponibili.
- Libro di testo (consigliato).

4. TIPOLOGIA, NUMERO E SCANSIONE TEMPORALE DELLE PROVE DI VERIFICA

- Almeno tre valutazioni per quadrimestre, due pratiche e una teorica (orale o scritta).
- Prove comuni : test di resistenza e prova di velocità sui 60m.

TIPO DI VERIFICA	1° PERIODO numero minimo	2° PERIODO numero minimo											
Prove pratiche	2	2											
Prova teorica	1	1											
.....											
.....											

5. GRIGLIE DI VALUTAZIONE

- Griglie elaborate dal Dipartimento (allegate) per i test oggettivi che potranno essere modificate dalla situazione di partenza e dall'impegno dimostrato dagli allievi, mentre per le altre valutazioni, l'insegnante terrà conto soprattutto della tecnica esecutiva e del controllo del corpo. Per la parte teorica si potranno effettuare sia verifiche orali che scritte.
- Griglia di valutazione approvata dal collegio docenti e presente nel PTOF.

Per il passaggio alla classe successiva gli studenti dovranno risultare sufficienti in almeno due dei tre aspetti seguenti che costituiscono oggetto di valutazione: 1) impegno, interesse e partecipazione; 2) conoscenze teoriche; 3) abilità tecniche .

GRIGLIA DI VALUTAZIONE

CLASSI PRIME						CLASSI SECONDE					
VOTO	METR I 60	PESO Kg 5	LUNGO	ALTO	METRI 1500	VOTO	METRI 60	PESO kg 5	LUNGO	ALTO	METRI 1500
4	11"5	4,20	2,50	0,90	10'00	4	11"0	5,00	2,60	1,00	9.50"
5	10"2	5,00	2,90	1,05	9'10	5	9"8	5,80	3,00	1,10	9'00"
6	9"0	6,50	3,70	1,15	7'30"	6	8"8	7,00	3,80	1,25	7'15"
7	8"7	7,50	4,20	1,30	6'50"	7	8"4	8,00	4,40	1,35	6'40"
8	8"2	8,50	4,70	1,45	6'20"	8	8"0	9,00	4,90	1,50	6'10"
9	7"8	9,50	5,00	1,55	5'40"	9	7"6	10,00	5,30	1,60	5'30"
10	7"3	10,80	5,60	1,65	5'25"	10	7"2	11,50	5,90	1,70	5'15"