

PROGRAMMAZIONE a.s. 2017-2018

Docente: Elisa Passaglia Materia: Scienze Motorie e Sportive

CLASSE 3D Giorgi

OBIETTIVI DISCIPLINARI/CONTENUTI DIDATTICI:

1. POTENZIAMENTO FISIOLOGICO

Miglioramento della funzione cardio – respiratoria; Potenziamento delle capacità condizionali (forza, resistenza, velocità, mobilità articolare).

RIELABORAZIONE DEGLI SCHEMI MOTORI DI BASE E CONSOLIDAMENTO DELLE CAPACITA' COORDINATIVE

Potenziamento delle capacità coordinative, con particolare riferimento alla coordinazione dinamica generale, alla coordinazione oculo-manuale ed oculo-podalica , all'organizzazione spazio-temporale, all'equilibrio. Attività: Per la coordinazione dinamica generale e equilibrio: corse, salti, lanci, giochi sportivi. Per la coordinazione oculo - manuale ed oculo – podalica: esercitazioni specifiche e giochi di squadra.

2. CONSOLIDAMENTO DEL CARATTERE, SVILUPPO DELLA SOCIALITA' E DEL SENSO CIVICO

Obiettivi: Conquista di un certo grado di socializzazione e collaborazione; Educare al gusto dell'apprendimento e al gusto di praticare attività insieme, stimolando l'interesse degli alunni e la partecipazione sempre più attiva e responsabile; Imprimere una consuetudine alla lealtà e al civismo attraverso il rispetto delle regole; Autodisciplina e autogoverno di gruppo, rispetto degli altri e dell'ambiente in cui si opera.

Attività: Organizzazione dei giochi di squadra che implicano il rispetto delle regole e l'assunzione di ruoli; Affidamento compiti di arbitraggio/giuria e organizzazione partite.

3. CONOSCENZA E PRATICA DELLE ATTIVITA' SPORTIVE

Sport di squadra: Fondamentali individuali della pallavolo: palleggio, bagher, battuta, definizione dei ruoli; Fondamentali individuali della pallacanestro: palleggio, arresto, tiro piazzato, terzo tempo; Fondamentali individuali del calcio a 5: stop, conduzione, tiro;

Sport individuali: Atletica leggera: lanci, salti, velocità; partecipazione ai GSS. Bowling (corso di 4 lezioni con istruttore federale Bowling). Pattinaggio

Cenni sui fondamentali di altri giochi sportivi (dodgeball, rugby, calcio – tennis, giochi propedeutici) Fondamentali di squadra dei principali giochi sportivi.

Verifica e valutazione:

Si terrà conto dell' impegno ,della costanza nella frequenza,della partecipazione, del comportamento positivo e propositivo, della padronanza dei gesti atletici/sportivi, e del rendimento motorio, utilizzando osservazione e test di valutazione motoria. Si valuterà l'apprendimento della parte teorica tramite test scritti e orali.

Lucca , Giugno 2018

I rappresentanti di classe

L'insegnante Elisa Passaglia