

FUTURA

LA SCUOLA PER L'ITALIA DI DOMANI



Finanziato
dall'Unione europea
NextGenerationEU



Ministero dell'Istruzione
e del Merito



Italiadomani
Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza



*Liceo Scientifico
Liceo Artistico*

LICEO STAT. "DRO SERPIERI"

Via Sacramora 52 – 47922 Rimini – CF 91150430402

Tel. 0541 733150 – Fax 0541 449690 – <http://www.liceoserpieri.edu.it>

email: RNPS05000C@istruzione.it – pec: rmps05000c@pec.istruzione.it

Anno scolastico 2024/2025

Docente	Albertini Roberta
Disciplina	Scienze motorie
Classe	2H

OBIETTIVI DELLA PROGRAMMAZIONE/OBIETTIVI RAGGIUNTI

In relazione alla programmazione curricolare, sono stati raggiunti i seguenti obiettivi generali:

- Conoscere gli schemi motori di base, le capacità coordinative e condizionali
- Sviluppo fisiologico e potenziamento muscolare generale
- Sviluppo delle qualità personali, del carattere, della personalità e socialità
- Consuetudine alle attività motorie e sportive, vista anche come educazione all'impiego del tempo libero
- Conoscere i sani stili di vita in vista della tutela della salute

METODOLOGIE DIDATTICHE

Ciascun modulo è stato condotto dall'insegnante e/o dal tecnico federale utilizzando dimostrazioni pratiche per poi via via utilizzare sempre meno esempi visivi in modo da stimolare l'attenzione degli alunni durante le spiegazioni e per accentuare l'importanza della precisione durante l'esposizione orale di un esercizio. Ogni attività è stata dosata nel tempo e nell'intensità.

La teoria si è svolta tramite discussione guidata in palestra.

- Lavoro a grande gruppo in aula, in palestra, in ambiente naturale
- Cooperative Learning
- Lavori a piccolo gruppo e a coppie
- Lezione dialogata e/o partecipata

- Presentazioni in piccoli gruppi

MATERIALI E STRUMENTI DIDATTICI UTILIZZATI

- Libro di testo: Attivi! Sport e sane abitudini.
- Presentazioni realizzate tramite software Power Point
- Film / video
- Lavagna interattiva multimediale
- Materiale e attrezzi da palestra (codificati e non)

TIPOLOGIA DELLE PROVE DI VERIFICA UTILIZZATE E CRITERI DI VALUTAZIONE

Verifiche pratiche (individuali e di gruppo) riferite agli obiettivi, analizzati in termini di misura delle prestazioni e osservazioni della qualità del movimento e dei comportamenti cognitivi, operativi e relazionali riferiti a:

test sulle capacità condizionali (salto in lungo da fermo, 4x9m, sargent test, sit and reach, minicooper), basket, pallavolo, tchoukball, proposta di lezione a piccoli gruppi sulle capacità coordinative.

Gli elementi fondamentali per la valutazione finale saranno:

- La situazione di partenza;
- i progressi rispetto alla situazione iniziale;
- gli obiettivi raggiunti;
- l'interesse e la partecipazione durante le attività in classe;
- l'impegno nel lavoro domestico e il rispetto delle consegne.

CONTENUTI DEL PROGRAMMA EFFETTIVAMENTE SVOLTO

- Esercizi a carico naturale per il potenziamento organico generale e delle capacità condizionali quali mobilità articolare, velocità, resistenza, forza degli arti superiori e inferiori, equilibrio e relativi test.
- Esercizi per sviluppare la capacità coordinative.
- Allenamento funzionale attraverso: percorsi misti, staffette, circuit-training.
- Esercizi con i piccoli attrezzi (palle, funicelle, palle mediche, scalette ladder agility, ostacoli)
- Attività sportiva di squadra intesa come acquisizione di una cultura del movimento importante per la difesa della salute e mezzo di socializzazione. Fondamentali, regolamento, arbitraggio.

Pallavolo
Calcetto
Basket
Badminton
Tchoukball
Tennis Tavolo

- Lezione di Peer Teaching: lavoro di gruppo, proposte di esercizi per lo sviluppo delle capacità coordinative speciali
- Attività in ambiente naturale (spiaggia e parco):
Beach-tennis
Ultimate frisbee
- Educazione civica – concetto di salute dinamica e benessere, lavori di gruppo su un approfondimento riguardante i sani stili di vita.

INDICAZIONI PER IL RECUPERO DEL DEBITO E/O RAFFORZAMENTO

Rimini 04/06/2025

Insegnante

Prof.ssa Roberta Albertini

I Rappresentanti di classe