

# FUTURA

# LA SCUOLA PER L'ITALIA DI DOMANI



Liceo Scientifico  
Liceo Artistico

LICEO STATALE "ALESSANDRO SERPIERI"  
Via Sacramora 52 – 47922 Rimini – CF 91150430402  
Tel. 0541 733150 – Fax 0541 449690 – <http://www.liceoserpieri.edu.it>  
email: [RNPS05000C@istruzione.it](mailto:RNPS05000C@istruzione.it) – pec: [mps05000c@pec.istruzione.it](mailto:mps05000c@pec.istruzione.it)

Anno scolastico 2024/2025

Docente	Bezzi Lorena
Disciplina	scienze motorie e sportive
Classe	2S

### OBIETTIVI DELLA PROGRAMMAZIONE/OBIETTIVI RAGGIUNTI

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

A- rielaborazione degli schemi motori

B- sviluppo fisiologico e potenziamento muscolare generale

C- sviluppo delle qualità personali, del carattere e della socialità

D- consuetudine alle attività motorie e sportive vista anche come educazione all'impiego del tempo libero

### METODOLOGIE DIDATTICHE

Metodi attivi, partecipativi e individualizzati: operativo (attraverso l'esperienza diretta come la pratica sportiva o l'utilizzo di strumenti specifici), cooperative learning (gli studenti lavorano in gruppo per raggiungere un obiettivo comune), individualizzato (il docente adatta l'apprendimento alle esigenze individuali dello studente)

### MATERIALI E STRUMENTI DIDATTICI UTILIZZATI

palestra  
piccoli e grandi attrezzi  
Libro di testo: Attivi  
film e documentari

### **TIPOLOGIA DELLE PROVE DI VERIFICA UTILIZZATE E CRITERI DI VALUTAZIONE**

Le verifiche, sono riferite agli obiettivi, analizzati in termini di prestazioni e osservazioni e si sono effettuate prevalentemente tramite prove pratiche per lo più individuali, ma anche svolte in modo collettivo e all'occorrenza personalizzato. Si sono adottate le seguenti modalità:

- verifiche oggettive con misurazione della prestazione, verifiche soggettive tramite osservazione della qualità del movimento;
- colloqui esplorativi delle conoscenze acquisite;
- osservazioni sistematiche dell'alunno al lavoro in ogni momento della lezione dei comportamenti cognitivi; operativi e relazionali ;
- osservazione sull'acquisizione e applicazione delle tecniche e regole;
- miglioramento rispetto al livello di partenza;
- osservazione dei risultati.

**Gli elementi fondamentali per la valutazione finale sono stati:**

- L'impegno e la partecipazione durante le attività proposte
- La capacità di organizzazione e di collaborazione nel lavoro personale e a gruppi.
- I progressi, le abilità e le competenze raggiunte rispetto alla situazione di partenza.

### **CONTENUTI DEL PROGRAMMA EFFETTIVAMENTE SVOLTO**

Attività pratiche

- Esercizi di mobilizzazione articolare, di tonicità muscolare e di potenziamento generale
- Preatletici a carattere generale e specifico, relativi alle attività proposte
- Corsa, andature atletiche, camminata sportiva in ambiente naturale
- Progressioni motorie a corpo libero, con piccoli e grandi attrezzi
- Circuiti di potenziamento muscolare
- Percorsi ginnastici allenanti
- Stretching
- Esercizi per lo sviluppo delle capacità coordinative generali e speciali a corpo libero, con attrezzi
- Attività sportive di squadra e individuali: propedeutici e fondamentali individuali delle discipline trattate e regole fondamentali di:
  - Pallavolo
  - Pallacanestro
  - Calcetto
  - Tchoukball
  - Ultimate Frisbee
  - Badminton
  - Tennistavolo

- Calciobalilla
- Atletica leggera: corsa,

Argomenti di teoria

- capacità condizionali e coordinative

**Argomenti di approfondimento e discussione integrati col percorso di educazione civica**

**Contenuti trattati**

- Regolamento e sicurezza in palestra.
- Visione del film Lezione di sogni e discussione.
- Visione film L'oro di Scampia e discussione

#### INDICAZIONI PER IL RECUPERO DEL DEBITO E/O RAFFORZAMENTO

Gli alunni non hanno contratto debiti e il rafforzamento è avvenuto in itinere con la pratica e la ripetizione.

Prof/ssa Bezzi Lorena

\_\_\_\_\_

Studenti

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_