

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 – pec: rnps05000c@pec.istruzione.it

Anno scolastico 2024/2025

Docente	Bezzi Lorena
Disciplina	scienze motorie e sportive
Classe	3H

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 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
