

**PROGRAMMA ANNUALE DI SCIENZE MOTORIE E DISCIPLINE SPORTIVE
ANNO SCOLASTICO 2022/23 CLASSE 2 ASA**

DOCENTE: PROF. DI BENE MARCO

COMPETENZE GENERALI E SPECIFICHE DELLE SCIENZE MOTORIE

Partendo dalle premesse sulle linee generali e sulle competenze contenute nei programmi Ministeriali il progetto educativo per le classi in esame sarà improntato a raggiungere abilità e competenze nei seguenti campi specifici:

Attività motoria e sportiva per disabili : Principi generali della teoria e tecnica dell'attività motoria adattata. Le specialità dello sport per disabili. Fini e metodi dello sport integrato.

Sport individuali :Studio e applicazione delle discipline dell' Atletica Leggera. Strumenti e tecniche di apprendimento motorio. Specificità dell' esercizio fisico allenante, tipo di esercizi.

Principi di teoria e metodologia dell'allenamento. Arbitraggio e Giuria.

Aspetti e norme tecniche per la prevenzione dei danni della pratica sportiva .

Tennis tavolo

Nuoto

Sport di squadra : Teoria e pratica di sport di squadra, ruoli diversi, tipi di esercizi e tecniche di apprendimento motorio e allenante specifici, conoscenza dei gruppi muscolari coinvolti. Tecniche e tattiche di gara. Principi di teoria e metodologia dell'allenamento. Arbitraggio e giuria.

Aspetti e norme tecniche per la prevenzione dei danni e infortuni della pratica sportiva specifica.

Pallavolo

Basket

Calcio a 5

Frisbee

Baseball

SALUTE E BENESSERE: ambito della prevenzione degli infortuni e della sicurezza, della salute, del benessere e degli stili di vita adeguati.

COMPETENZE TRASVERSALI

Tutte le attività concorrono in maniera sinergica allo sviluppo delle **COMPETENZE DISCIPLINARI** che si intrecciano con le competenze riferite ai 4 **ASSI CULTURALI**: (LINGUAGGI, MATEMATICO, SCIENTIFICO-TECNOLOGICO, STORICO-SOCIALE) con le **COMPETENZE DI CITTADINANZA** e di **APPRENDIMENTO PERMANENTE** attraverso un'accettazione consapevole del valore delle regole, dell'educazione alla legalità, al senso di responsabilità e solidarietà così come specificato nelle indicazioni ministeriali (DL.27/12/2006 N.296) .

PERTANTO

al termine del percorso scolastico annuale e in proiezione quinquennale le competenze da sviluppare saranno le seguenti:

1. Imparare ad imparare
2. Progettare
3. Comunicare con i diversi linguaggi a disposizione (verbali, non verbali, tecnologici)
4. Risolvere i problemi
5. Individuare collegamenti e relazioni
6. Acquisire ed interpretare l'informazione.
7. Collaborare e partecipare
8. Agire in modo autonomo e responsabile

METODOLOGIE DIDATTICHE

Si cercherà di raggiungere gli obiettivi proposti attraverso metodi induttivi e deduttivi applicando i seguenti criteri:

1. lezione frontale, lezione partecipata
2. lavoro individuale, a coppie e a gruppi eterogenei
3. Circuit training
4. Attività ludico-motoria dal semplice al complesso e dal globale al particolare
5. Assegnazione dei compiti (Md) e risoluzione dei problemi con proposte e confronti con il docente

VERIFICHE E VALUTAZIONI delle conoscenze e competenze acquisite attraverso:

- Prove strutturate aperte da utilizzare per verifiche personalizzate, in caso di difficoltà in altre tipologie (infortunati, lunghe assenze ecc.)
- Prove scritte (ricerche-relazioni)
- Prove orali di condivisione generale per un apprendimento di tipo cooperativo. Oppure per una verifica personalizzata
- Rispetto delle regole, delle strutture e dei materiali utilizzati
- Miglioramento globale, ottenuto rispetto i livelli di partenza
- Partecipazione e livello dei risultati ottenuti in gare, manifestazioni sportive (campionati studenteschi) e culturali-dimostrative (convegni, marce, eventi cittadini).

STRUMENTI DIDATTICI E SPAZI DI LAVORO

- LIM, Video e proiezioni cinematografiche, P.C. e telefono personale
- Fotocopie, documenti didattici e tavole anatomiche
- Lezioni con esperti (nuoto, scherma, arti marziali, ione ecc.)
- Piccoli e grandi attrezzi
- Palestre. Piscina, campi e spazi esterni, campo CONI ed eventuali spazi esterni del territorio.

ATTIVITA' INTEGRATIVE

L'emergenza sanitaria non permette di organizzare nessuna attività integrativa

Lucca li 30/11/2022

Docente
Prof. Di Bene Marco