



# **ISTITUTO TECNICO ECONOMICO STATALE "R. VALTURIO"**

Centro Studi Colonnella - Via Grazia Deledda 4 - 47923 Rimini

**Anno Scolastico 2023 - 2024**

## **PROGRAMMA SVOLTO SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE – 2^A**

**DOCENTE: Roberta Amati**

**CLASSE: 2° A – indirizzo AFM**

**Nessun libro di testo facoltativo.**

**2 I risultati di apprendimento sulla base della normativa vigente, con riferimento alla programmazione del Consiglio di classe** (In coerenza con D.P.R. n. 88/2010 e Linee Guida trasmesse con Direttive M.I.U.R. n. 57 del 15/7/2010 e n. 4 del 16/1/2012;)

I risultati di apprendimento sono in generale in coerenza con la fase evolutiva della classe anche se sono rimaste evidenziate le differenze tra il gruppo maschile e quello femminile. Ad eccezione di pochi studenti, si sono continuati ad osservare soprattutto nei maschi atteggiamenti indisciplinati e di scarsa partecipazione al dialogo educativo.

### **2.a PERCEZIONE DI SÉ E COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITÀ MOTORIE ED ESPRESSIVE**

#### **OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO**

- Maggior conoscenza del proprio corpo e della sua funzionalità.
- Ampliamento delle capacità coordinative

### **2.b LO SPORT, LE REGOLE, IL FAIR PLAY**

#### **OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO**

- Conoscenza base di alcune squadre (pallavolo, pallacanestro) privilegiando la componente educativa
- Maggior capacità di confronto con i coetanei e di controllo emotivo.

### **2.c SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE**

#### **OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO**

- Conoscenza delle basilari norme di igiene personale da rispettare nella pratica motoria.
- Promuovere una consapevolezza dell'abitudine alla pratica motoria come stile di vita a tutela del benessere

### **2.d RELAZIONE CON L'AMBIENTE NATURALE E TECNOLOGICO**

#### **OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO**

- Pratica dell'attività motorie e sportive in ambiente naturale come occasione fondamentale per orientarsi in contesti diversificati, per sviluppare un rapporto corretto con la natura, per praticare il movimento con materiale non strutturato e per favorire la sintesi delle conoscenze e delle competenze attinenti a diverse discipline scolastiche.

### 3 ARTICOLAZIONE DI CONOSCENZE E ABILITÀ IN MODULI DI APPRENDIMENTO

#### 3.1 Titolo modulo d'apprendimento: AMPLIARE LE CAPACITÀ MOTORIE ED ESPRESSIVE

CONOSCENZE/ABILITÀ	CONTENUTI
<p>Iniziare a distinguere le capacità motorie condizionali da quelle coordinative.</p> <p>Utilizzare i differenti schemi motori in situazioni differenti; realizzare movimenti che richiedono di associare e dissociare le diverse parti del corpo; realizzare movimenti che richiedono di coordinazione oculo-manuale e oculo-podalica.</p>	<p>Esercizi di pre-atletismo (saltelli, balzi, skip, scorsa a balzi, andature varie) con e senza coordinazione arti superiori; esercizi e combinazioni a corpo libero individuale; esercizi con o senza piccoli o grandi attrezzi di ginnastica funzionale.</p> <p>Attività motoria diversificata svolta individualmente, a coppie, in piccolo gruppo con o senza piccoli attrezzi finalizzata a promuovere le capacità coordinative e ad ampliare il proprio bagaglio motorio: andature di pre-atletismo, esercizi di coordinazione generale ed intersegmentaria con piccoli attrezzi (palla, funicella), esercizi di stretching e di mobilità articolare, esercizi di coordinazione per il controllo posturale con o senza palla; quadro svedese.</p>

#### 3.3 Titolo modulo d'apprendimento: LO SPORT, LE REGOLE, IL FAIR PLAY.

CONOSCENZE/ABILITÀ	CONTENUTI
<p>Conoscere la tecnica di base e semplici elementi di tattica di sport individuali e di squadra ; principali regole.</p> <p>Praticare i giochi pre-sportivi e i fondamentali dei giochi sportivi.</p> <p>Ricoprire un ruolo assegnato; adattarsi a regole e spazi differenti per consentire la partecipazione di tutti; accettare e reagire alle sconfitte.</p> <p>Rispettare le regole, riconoscere falli e infrazioni.</p> <p>Partecipazione ai Campionati Sportivi Studenteschi di pallavolo (una studentessa).</p>	<p>Esercitazioni individuali, a coppie o in gruppo sui fondamentali della pallavolo, pallacanestro, del baseball e dell'ultimate; calcio e ping pong. Triangolari di pallavolo.</p> <p>Giochi pre-sportivi propedeutici agli sport di squadra, finalizzati a stimolare le abilità tattiche e le competenze trasversali per il gioco di squadra: collaborazione, spirito di iniziativa/intraprendenza, visione periferica del gioco sui compagni e avversari, visione periferica del campo, scelta del gesto migliore e della sua direzionalità in funzione dell'obiettivo "fare punto". Ultimate, pallacanestro.</p> <p>Andature di atletica propedeutiche alla corsa: Corsa di resistenza, corsa veloce, salto in alto; ginnastica funzionale.</p> <p>Pallamano con tecnici FIHB</p>

#### 3.4 SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE; RELAZIONE CON L'AMBIENTE NATURALE

CONOSCENZE/ABILITÀ	CONTENUTI
<p>Rispettare le regole disciplinari, di comportamento in palestra e negli spazi esterni o in altri contesti sportivi.</p> <p>Rispettare il materiale scolastico.</p> <p>Muoversi in sicurezza nei diversi ambiente, adattando il proprio abbigliamento e scoprendo tutte le opportunità di movimento con elementi presenti in natura o nell'ambiente.</p> <p>Eseguire movimenti dinamici su differenti suoli per sollecitare le propriocezioni motorie e arricchire la presa di coscienza.</p> <p>Conoscere, prevenire e tutelare la salute del proprio corpo con attenzione rivolta all'apparato riproduttivo maschile (gruppo maschile).</p> <p>Promuovere un'educazione affettiva e sessuale.</p>	<p>Pratica dell'attività pratica con il necessario abbigliamento sportivo.</p> <p>Pratica dell'attività motorie con o senza piccoli attrezzi in ambiente naturale, nel cortile e nei campi sportivi esterni di pertinenza dell'Istituto.</p> <p>Lezione frontale: gli infortuni sportivi.</p> <p><b>Prevenzione andrologica "Uno sguardo al maschile" con personale qualificato dell'AUSL.</b></p> <p><b>Progetto Affettività e sessualità – Spazio giovani con personale qualificato AUSL</b></p>