



# 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 – 1<sup>A</sup>

**DOCENTE:** Roberta Amati

**CLASSE:** 1° A – indirizzo AFM

**Nessun libro di testo; utilizzo di materiale fornito dall'insegnante.**

**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 coerenza con la fase evolutiva dell'età dei ragazzi nei quali si è osservata una discrepanza tra i due sessi sotto il profilo delle caratteristiche psicofisiche ed il livello di capacità motorie correlata alla differente fase auxologica attraversata e ad un differente grado di motivazione e di esperienze pregresse; i maschi si sono dimostrati molto interessati e partecipi, le femmine meno ad eccezione di un caso.

Il gruppo classe nel corso dell'anno ha manifestato un progressivo miglioramento sotto il profilo comportamentale, con atteggiamenti più disciplinati e collaborativi. Persiste in qualche ragazzo una difficoltà di autocontrollo durante il confronto competitivo che tende a creare un clima di eccessiva conflittualità.

### **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 alcuni sport (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**

CONOSCENZE/ABILITÀ	CONTENUTI
Iniziare a distinguere le capacità motorie condizionali da quelle coordinative.	Esercizi di pre-atletismo (saltelli, balzi, skip, corsa a balzi, andature varie) con e senza coordinazione arti superiori; esercizi e combinazioni a corpo libero individuale; esercizi

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; comprendere e riprodurre i messaggi non verbali dei compagni e dell'insegnante.	con o senza piccoli o grandi attrezzi di ginnastica funzionale.  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 e cerchio), esercizi di stretching e di mobilità articolare, esercizi di coordinazione per il controllo posturale con o senza palla, esercizi a corpo libero sui rotolamenti, capovolte (su spalla e sul materasso) e verticale su spalla.
--	---

### 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>Stimolare il senso del ritmo, dell'orientamento spazio-temporale, del controllo posturale statico e dinamico, della memorizzazione.</p> <p>Partecipazione con una studentessa ai campionati sportivi studenteschi di corsa campestre, pallacanestro e atletica leggera.</p>	<p>Esercitazioni individuali, a coppie o in gruppo sui fondamentali della pallavolo, pallacanestro; gioco del calcio e ping pong.</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".</p> <p>Andature di atletica propedeutiche alla corsa veloce; corsa veloce.</p> <p>Vai tipi di corsa proposte anche sotto forma di gare o staffette.</p> <p>Pallamano con tecnici FIHB; ultimate; pallacanestro; pallavolo.</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>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>

Si precisa inoltre di aver svolto una parte del programma di educazione civica per la quale si rimanda alla documentazione già presentata.

Rimini, 13 giugno 2024

Prof.ssa Roberta Amati