

Dall'analisi della situazione iniziale degli studenti Attraverso dialoghi collettivi d'aula, l'utilizzo di test, semplici giochi di squadra emerge una situazione generale della classe di livello BUONO
Dopo i primi confronti tra i docenti del consiglio di classe, evidenziandosi le caratteristiche principali del gruppo si propone la seguente programmazione :

OBIETTIVI EDUCATIVI GENERALI E TRASVERSALI

- Sapere rispettare i tempi e le modalità di esecuzione delle attività;
- Sapere migliorare i propri metodi nell'affrontare i vari impegni e problematiche
- Rispettare le persone e le cose, rispettare le regole;
- Esprimere le proprie idee ed esporre le ragioni delle proprie idee nel rispetto di regole comuni

METODI

Le Attività verranno illustrate e provate e seguiranno lo sviluppo naturale degli alunni e cercheranno di favorire in loro un processo formativo globale. Semplici informazioni scientifiche e tecniche verranno esposte durante le lezioni pratiche o teoriche in classe.

I percorsi didattici e i contenuti delle attività varieranno di intensità e di difficoltà nel corso del triennio adattandosi al livello di sviluppo psicomotorio degli alunni. Le linee generali, pertanto, saranno comuni a tutte e tre le classi, necessitando l'intero ciclo scolastico per la realizzazione completa del curriculum. Le competenze si distingueranno per ogni anno in funzione dell'età e dell'allenamento.

STRUMENTI

Audiovisivi, fotocopie, testi, CD-ROM, Attrezzi grandi e piccoli presenti in palestra

CRITERI E STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Le operazioni di verifica, frequenti e sistematiche, avranno lo scopo di valutare e accertare le conoscenze acquisite dagli alunni, la continuità del grado di apprendimento e gli elementi di progresso dialettici e cognitivi. In questo modo gli alunni potranno essere seguiti nelle diverse fasi di elaborazione del programma rilevando celermente eventuali difficoltà e ritardi nella preparazione. Le verifiche saranno effettuate mediante:

- test
- interrogazioni orali
- ai fini della valutazione finale si terrà conto dell'impegno, dell'interesse e della partecipazione.

Le valutazioni saranno attribuite su scala decimale partendo dal voto minimo di 4, formulate utilizzando la griglia di valutazione di sotto riportata e che si rifà alla griglia che uniforma i giudizi ai voti decimali.

GRIGLIA DI VALUTAZIONE

- Conoscenze carenti su quasi tutti gli aspetti essenziali dei contenuti trattati o totale rifiuto a partecipare all'attività pratica, elusione degli impegni e delle regole
Valutazione: Livello gravemente insufficiente (4)
- Conoscenze lacunose e carenti su parti essenziali, difficoltà sistematiche nell'esecuzione degli esercizi pratici
Valutazione: Livello insufficiente (5)
- Conoscenze anche non rielaborate degli elementi delle strutture fondamentali e capacità di eseguire esercizi pratici pur con qualche incertezza.
Valutazione: Livello sufficiente (6)
- Conoscenza dei contenuti e capacità di ricostruzione dei concetti e/o esecuzione accurata degli esercizi proposti.
Valutazione : Livello discreto (7)
- conoscenza ben assimilata dei contenuti e procedure applicative utili.
Valutazione : Livello Buono (8)
- Sicuro possesso dei contenuti , autonomia pratica e padronanza del lessico specifico.
Valutazione : Molto buono (9)
- Approfondimenti sistematici, alta qualità dei gesti specifici.
Valutazione : Livello Ottimo (10)

IL CORPO, LA SALUTE, IL GIOCO, LO SPORT, LA SICUREZZA

TRAGUARDI DI APPRENDIMENTO PERCORSI DIDATTICI MIRANTI A	CONTENUTI	COMPETENZE 2^ MEDIA
<ul style="list-style-type: none"> - Sviluppo della destrezza - Acquisizione della capacità di combinare movimenti degli arti inferiori e superiori. - Sviluppo della ritmicità nella esecuzione dei movimenti. - Acquisizione dei gesti sportivi relativi alla pratica della pallavolo, pallacanestro, calcetto, palla prigioniera. - Acquisizione di una corretta postura. - Sviluppo della capacità di concentrazione. - Adattamento del proprio equilibrio a varie situazioni dinamiche. - Sviluppo dell'orientamento. - Percezione della contemporaneità e della successione. - Acquisizione della capacità di anticipare un movimento. - Percezione delle distanze e delle traiettorie. - Esercizio della funzione di rappresentazione mentale di uno schema d'azione. - Acquisizione della capacità di posizionarsi correttamente in un gioco. Sviluppo della mobilità della colonna vertebrale. Sviluppo della mobilità coxo-femorale. - Incremento della muscolatura dorsale, addominale e degli arti. - Sviluppo della prontezza dei riflessi. - Acquisizione di un'adeguata capacità di scatto. - Mantenimento di un ritmo veloce di corsa. - Sviluppo della velocità di esecuzione. - Miglioramento della propria capacità respiratoria. - Acquisizione di corrette norme igieniche e alimentari. - Conoscenza degli effetti del movimento sui vari apparati corporei. - uso del linguaggio verbale come mezzo di comunicazione. - Acquisizione della capacità di autocontrollo. - Rispetto degli ambienti palestra e spogliatoio. - Rispetto degli altri. - Rispetto delle regole. - Acquisizione della lealtà sportiva. 	<p>Percorsi, andature, circuiti, staffette, lanci, salto in alto e in lungo, ex. alla trave, ex. con la funicella, ex. con piccoli e grandi attrezzi, corsa a regime aerobico e anaerobico, giochi di gruppo, ex. di mobilità articolare, ex di potenziamento muscolare, ping pong, corse ad ostacoli, giochi di organizzazione spazio-temporale, pratica di sport di squadra, ex. Con la musica, capovolte ed altri ex. di volteggio semplice.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Saper eseguire percorsi con capovolte, salti, lanci. - Saper eseguire palleggi, bagher in fase di gioco. - Saper palleggiare ed eseguire un tiro a canestro in azione di gioco. - Saper stare in equilibrio su un piede per 5" passando in successione da un piede all'altro per 4 volte. - Saper traslocare su una trave con andature diverse. - Saper arrestarsi in equilibrio dopo una fase di volo. - Saper orientarsi in palestra in un gioco collettivo con la palla (es. palla prigioniera). - saper effettuare passaggi in coppia con traiettorie diverse. - Saper tirare a canestro da distanze diverse. - Saper eseguire un circuito. - Riuscire da seduti a divaricare le gambe a 90°, una dritta, l'altra flessa ad angolo retto (posiz. Ostacolo) flettendo il busto avanti. - Riuscire ad eseguire da supini 25 elevazioni del busto, flettendo le gambe, sino a toccare le ginocchia. - Riuscire da proni a sollevare il busto 12 volte. - Riuscire a lanciare una palla medica di 3 kg oltre i 6 mt. - Saper effettuare uno scatto di velocità in azione di gioco. - Saper correre per 10' consecutivi. - Ha sane abitudini igieniche ed alimentari. - Sa decodificare il significato di gesti sportivi. - Sa controllare le proprie emozioni durante il gioco di squadra. - Sa collaborare con un compagno - Conosce le regole e le applica sotto la guida del docente.