210-A Ed. 2 del 20/04/2010	ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE "B. RUSSELL"	Data	Revisione n° ……..

SCHEDA DI PROGRAMMAZIONE DIDATTICA

MATERIA: Scienze motorie e sportive ORE ANNUALI N°: 60	CORSO DI STUDI LICEO ARTISTICO	CLASSI BIENNIO

	TITOLO U.D.	OBIETTIVI	CONOSCENZE Contenuti che lo studente deve acquisire	COMPETENZE Che cosa lo studente deve saper fare	N°ORE
	Conoscenza del proprio corpo e della sua funzionalità	-Utilizzare il lessico specifico della disciplina. -Elaborare e possibilmente dare adeguate risposte motorie in situazioni semplici	- I principi scientifici fondamentali che sottendono la prestazione motoria e sportiva Meccanismi energetici del lavoro muscolare	- Conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità. - Conoscere ed applicare alcune metodiche di allenamento per migliorare la propria efficienza fisica e saperla mantenere. - sperimentare azioni motorie via via più complesse e diversificate per migliorare le proprie capacità coordinative.	
	Abilità motorie, sportive ed artistico-espressive	- Elaborare e ricostruire autonomamente e in collaborazione con il gruppo, semplici tecniche,strategie, regole,adattandole alle capacità, esigenze spazi e tempi di cui si dispone	- La terminologia: regolamento, tecniche e tattiche dei grandi giochi sportivi e degli sport individuali	- Comprendere e produrre messaggi non verbali - Praticare gli sport applicando strategie efficaci per la risoluzioni di situazioni problematiche	
	Coordinazione Capacità coordinative ---------- Salute e sicurezza	- Le capacità coordinative nelle specialità: basket, pallamano ---------- - Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza in palestra, in scuola e negli spazi aperti, compreso quello stradale. - Assumere posture corrette in ambito motorio sportivo e scolastico	- Tecniche esecutive, individuali e collettive ---------- - I principi fondamentali di prevenzione e attuazione della sicurezza personale in palestra a casa e negli spazi aperti. - I principi igienici e scientifici essenziali che favoriscono il mantenimento dello stato di salute e il miglioramento dell'efficienza fisica	- Progettare ed eseguire semplici azioni di gioco riferibili a contenuti specifici della disciplina considerata ---------- - Conoscere e applicare norme igienico-sanitarie e alimentari indispensabili per il mantenimento del benessere alimentare	

	Socialità ---------- Ambiente naturale ---------- Acquaticità	- Gli aspetti essenziali della struttura e della evoluzione dei giochi e degli sport individuali e collettivi di rilievo nazionale e della tradizione locale ---------- Sapersi esprimere e orientare in attività ludiche e sportive in ambiente naturale, nel rispetto del comune patrimonio territoriale ---------- Tecniche di galleggiamento. Conoscenza e approfondimento dei 4 stili. Tuffo di partenza	- Storia dello sport ---------- Antinfortunistica ed elementi di primo soccorso	- Collaborare all'interno del gruppo classe facendo emergere le proprie potenzialità, coinvolgendo i compagni nelle varie attività svolte per valorizzare anche le caratteristiche individuali. - Rispettare l'insegnate, i compagni e l'ambiente in cui si opera (comportamenti). Applicare le norme di prevenzione per la sicurezza e gli elementi del primo soccorso in acqua	

210-B Ed. 2 del 20/04/2010	**ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE "B. RUSSELL"**	Data	Revisione n° ……..

SCHEDA DI VALUTAZIONE

MATERIA		
TIPO VERIFICA	CRITERI DI VALUTAZIONE	GIUDIZIO / VOTO
PROVA SCRITTA/GRAFICA	Coerenza con quanto esposto oralmente dall'insegnante durante le lezioni pratiche. Chiarezza e semplicità di esposizione	Le valutazioni saranno comprese tra il voto 4 (quattro), gravemente insufficiente e 10 perfetto soddisfacimento delle richieste
PROVA ORALE	Modalità di esposizione e coerenza contenuti	Dal 4 al 10
TEST/QUESTIONARIO	- Test scritti a risposte chiuse e aperte	Dal 4 al 10
PROVA PRATICA	- Test di verifica / valutazione pratici - Test verifica situazioni tattico-strategiche nelle specialità collettive e individuali - Partecipazione alle esercitazioni pratiche. - Saper assumere ruoli di leadership.	Dal 4 al10