

Testo adottato : " In movimento" G.Fiorini-S.Coretti-S.Bocchi

OBIETTIVI EDUCATIVI

- Alunno capace di muoversi nello spazio con sicurezza
- Alunno in grado di riconoscere, nelle attività sportive, comandi specifici verbali e non verbali
- Saper rispettare le regole di gioco e rispettare i compagni

OBIETTIVI DIDATTICI

CONOSCENZE:

- Conoscenze del proprio schema corporeo
- Conoscenze del linguaggio tecnico degli argomenti trattati
- Conoscenze dei fondamentali giochi sportivi e delle regole relative

COMPETENZE:

- Saper eseguire la tecnica di base delle principali attività sportive e del loro arbitraggio
- Saper spostarsi nello spazio
- Saper utilizzare creatività e fantasia
- Sviluppo psico-fisico-motorio attraverso l'attività ludica

CAPACITA':

- Percezione del tempo con adeguamento del ritmo di corsa
- Capacità di contrazione, decontrazione e rilassamento
- Capacità sportive e operative

METODOLOGIA APPLICATA

- *DI VERIFICA:* osservazione sistematica, interrogazione orale, test scritti e pratici
- *DI VALUTAZIONE STABILITI DAL DIPARTIMENTO:* partecipazione, interesse, impegno, comportamento con i compagni, abbigliamento adeguato

CONTENUTI

ARGOMENTI TEORICI

- Giochi di logica
- Teoria e tecnica della Pallavolo
- Struttura di una lezione di ed. motoria nell'età
- Struttura della fase del riscaldamento
- Lo stretching
- Le caratteristiche dell'età evolutiva
- Problematiche socio-adolescenziale
- I danni psico-fisici delle droghe e dell'alcol
- Visione di film che hanno come oggetto la disabilità sportiva. Trattate tematiche sull'inclusione scolastica e sportiva

ATTIVITA' ATLETICHE

- Esercizi di riscaldamento
- Circuiti motori
- Potenziamento muscolare

GIOCHI SPORTIVI

- Tecnica dei fondamentali giochi sportivi
- Esercitazione sui fondamentali della Pallavolo, del Basket, del Tennis Tavolo, del calcio
- Partite ed acquisizione dei fondamentali di altre discipline di squadra ed individuali

Nettuno, 08/06/2019

L'insegnante