|  |  |
| --- | --- |
| **Scheda sintetica disciplinare** | |
| Materia | **SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE** |
| Docente | **PANEPINTO SALVATORE** |
| Libri di testo | EDUCARE AL MOVIMENTO VOLUME ALLENAMENTO SALUTE E BENESSERE-Casa Editrice: MARIETTI SCUOLA |
| Ore di lezione effettuate **nell’A.S. 2023/2024** | N° ore previste: 66N° ore effettuate alla data odierna: 53 |
| Obiettivi realizzati | **Conoscenze:** Conoscere i regolamenti, relativi agli sport proposti. Conoscere i miglioramenti per la mente e per il corpo, conseguibili a tutte le età, derivanti dalla pratica regolare delle attività motorie e sportive e i benefici legati ai percorsi di preparazione fisica specifici. Conoscere le regole alimentari per un sano stile di vita e per praticare efficacemente le attività motorie e sportive.  **Competenze:** Essere in grado, sia di incrementare le capacità motorie, sia di cogliere i benefici relativi agli adattamenti positivi per l’organismo derivanti dalla pratica regolare di attività motorie e sportive. Saper praticare sport e attività motorie in ambienti diversi ricoprendo vari ruoli compresi quelli relativi all’arbitraggio. Essere in grado di utilizzare i metodi per prevenire gli infortuni e saper distinguere le principali modalità d’intervento necessarie nel primo soccorso. Lo studente assumerà stili di vita e comportamenti attivi nei confronti della propria salute intesa come fattore dinamico, conferendo il giusto valore all’attività fisica e sportiva, anche attraverso la conoscenza dei principi generali di una corretta alimentazione e di come essa è utilizzata nell’ambito dell’attività fisica nei vari sport.  **Capacità:** Praticare, collaborando con i compagni, varie attività motorie e sport sia di squadra che individuali in ambienti diversi. Utilizzare i vantaggi derivanti dalla pratica delle attività motorie e sportive nella vita quotidiana. Utilizzare le regole alimentari più idonee per il mantenimento di uno stile di vita sano e attivo e per la pratica delle attività motorie e sportive. Tenere un atteggiamento volto a conservare una buona salute e a prevenire gli infortuni. |
| Contenuti | Vedi Allegato programma svolto |
| Metodi di insegnamento | Lezione frontale; Lezione dialogata; Scoperta guidata; Dimostrazione pratica degli argomenti previsti; Problem solving; Lavoro di gruppo e individuali;  L’attività didattica si è svolta secondo la modalità in presenza. |
| Mezzi e strumenti di lavoro | Libro di testo adottato; Video-lezione, dibattiti e confronti; Uso di materiali digitali (audio/video e creato dal docente); Fotocopie e materiale fornito dal docente; Attrezzature sportive; Lim; Materiale multimediale, filmati e documentari presenti in rete. |
| Spazi (biblioteca, palestra, laboratori, ecc.) | - Aula, palestra e spazio esterno. |
| Tipologie di verifica | -Verifiche orali;  -Questionari a risposta multipla;  -Osservazioni sul comportamento di lavoro;  (partecipazione, impegno, metodo di studio e di lavoro, etc.);  -Prove pratiche;  -Test motori; |
| Griglie di valutazione | Vedi Allegato |