

Liceo Artistico G. C. Argan di Roma
Anno scolastico 2020/2021
Programma svolto

Materia: Scienze Motorie
Classe: 1L
Docente: Prof. Cisaria Francesco
Libro di testo: no

<i>n° e titolo modulo o unità didattiche/formative</i>		<i>Argomenti e attività svolte</i>
1.	Schema corporeo e schemi motori di base	Lo studente dovrà conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità attraverso esercitazioni che permettano di conoscere le potenzialità del movimento, le posture corrette ed il ritmo delle azioni. Consapevolezza dello sviluppo degli schemi motori di base, coordinazione ed equilibrio attraverso esercitazioni al corpo libero e con grandi e piccoli attrezzi. Saper riprodurre posizioni statiche e dinamiche del corpo; Conoscere ed utilizzare la terminologia specifica della disciplina;
2.	Attività motoria	Conoscere gli adattamenti necessari riferiti ad una attività motoria abituale (marcia, corsa, salto, ecc.) utilizzando le varie informazioni sensoriali; Conoscere le esercitazioni per lo sviluppo delle capacità condizionali al corpo libero e con attrezzi.
3.	Attività sportiva	Conoscere le regole ed i fondamentali tecnici di base di due sport individuali (atletica leggera e ginnastica artistica) e di uno sport di squadra (pallavolo).

Percorsi interdisciplinari

Alcune tematiche sono state proposte e sviluppate in modo interdisciplinare. In particolare sono stati trattati in forma interdisciplinare nodi tematici che per la loro versatilità fossero in grado di offrire sollecitazioni utili ad un approccio secondo una prospettiva di ampia portata: Conoscere e sviluppare il valore della propria corporeità e delle proprie potenzialità;

In seguito alla consueta valutazione del livello di partenza si è strutturato un percorso didattico atto a colmare eventuali lacune nella formazione di base, ma anche finalizzato a valorizzare le potenzialità di ogni studente.

Acquisizione stabile di un comportamento positivo nei confronti di se stessi. Saper descrivere, con linguaggio specifico, aspetti esecutivi delle attività motorie.

Strumenti didattici e metodologie utilizzate:

Le lezioni si sono svolte in modalità telematica o in presenza in aula. Metodo misto: analitico/globale/analitico; Metodo induttivo con risoluzioni di problemi.

Sono stati assegnati compiti su specifici argomenti tenendo conto del vissuto motorio prima dell'interruzione della didattica tradizionale sulla base delle reali conoscenze ed abilità acquisite. Gli studenti sono stati valutati attraverso elaborati scritti (relazioni e questionari) ed in forma orale.

Roma, 07/06/2021

Firma insegnante
Francesco Cisaria

Firma rappresentanti studenti
