



ISTITUTO COMPRENSIVO MORI

**SCUOLE PRIMARIE MORI E RONZO-CHIENIS - SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO
MORI**

Via Giovanni XXIII, n. 64 – 38065 Mori (TN) Tel 0464/918669 – C.F. 94024510227

e-mail: segr.ic.mori@scuole.provincia.tn.it

www.icmori.it



**SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO
MORI**

CLASSE: 1D

DOCENTE: MANCABELLI ALBERTO

DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE



ISTITUTO COMPRENSIVO MORI

SCUOLE PRIMARIE MORI E RONZO-CHIENIS - SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO
MORI

Via Giovanni XXIII, n. 64 – 38065 Mori (TN) Tel 0464/918669 – C.F. 94024510227

e-mail: segr.ic.mori@scuole.provincia.tn.it

www.icmori.it



INDICE

1. Finalità educative
2. Competenze
3. Situazione di partenza
4. Attività
5. Metodologia e strumenti didattici
6. Valutazione
7. Relazione finale



ISTITUTO COMPRENSIVO MORI

SCUOLE PRIMARIE MORI E RONZO-CHIENIS - SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO
MORI

Via Giovanni XXIII, n. 64 – 38065 Mori (TN) Tel 0464/918669 – C.F. 94024510227

e-mail: segr.ic.mori@scuole.provincia.tn.it

www.icmori.it



1. Finalità educative

- Area percettivo-motoria: conoscenza e controllo del proprio corpo per una maturazione psicomotoria finalizzata al benessere psicofisico. Sviluppo della consapevolezza delle proprie potenzialità e dei propri limiti;
- Area ludico-sportiva: importante per il suo carattere formativo ai fini del rispetto reciproco, delle diversità e delle regole. Stimola la collaborazione e la cooperazione interpersonale e favorisce il controllo delle emozioni. È occasione di sviluppo del senso di appartenenza ad un gruppo. È un'occasione per avvicinarsi alla pratica sportiva;
- Area espressiva e comunicativa: sviluppo delle capacità espressive della corporeità. Riconoscere ed usare più elementi della comunicazione. Acquisizione di capacità creative;
- Salute e benessere: Ai fini della sicurezza, sapersi rapportare con le persone e l'ambiente circostante, anche applicando alcune tecniche di assistenza e di primo soccorso. Nella salvaguardia della propria salute scegliere di non assumere sostanze vietate e curare l'alimentazione e l'igiene personale. Per mantenere la propria efficienza, essere attivi fisicamente in molteplici contesti ed essere anche in grado di dosare uno sforzo. Applicare alcune tecniche di rilassamento e di defaticamento.

2. Competenze

- Essere consapevoli del proprio processo di crescita e di sviluppo corporeo; riconoscere le attività volte al miglioramento delle proprie capacità motorie.

Abilità <i>Lo studente è in grado di:</i>	Conoscenze <i>Lo studente conosce:</i>
<p>A. Rilevare i principali cambiamenti morfologici del corpo.</p> <p>B. Acquisire una soddisfacente sensibilità propriocettiva.</p> <p>C. Dimostrare un buon feedback propriocettivo negli apprendimenti a carattere motorio.</p> <p>D. Riconoscere il rapporto tra sviluppo delle capacità motorie e attività fisiche.</p>	<p>A. Nozioni che riguardano la crescita personale, relativamente al corpo funzionale, al sé relazionale e cognitivo.</p> <p>B. Le principali funzioni fisiologiche e i loro cambiamenti in relazione alle attività fisiche.</p>



ISTITUTO COMPRENSIVO MORI

SCUOLE PRIMARIE MORI E RONZO-CHIENIS - SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO
MORI

Via Giovanni XXIII, n. 64 – 38065 Mori (TN) Tel 0464/918669 – C.F. 94024510227

e-mail: segr.ic.mori@scuole.provincia.tn.it

www.icmori.it



- Destreggiarsi nella motricità finalizzata dimostrando:
 - di coordinare azioni, schemi motori, gesti tecnici con buon autocontrollo;
 - di utilizzare gli attrezzi ginnici in maniera appropriata;
 - di utilizzare conoscenze e abilità per risolvere situazioni problema di natura motoria;

Abilità <i>Lo studente è in grado di:</i>	Conoscenze <i>Lo studente conosce:</i>
<p>A. Assumere atteggiamenti e posture corrette nella motricità finalizzata.</p> <p>B. Coordinare i movimenti naturali anche integrati tra loro (correre, lanciare, danzare, palleggiare ..).</p> <p>C. Adattare gli schemi motori in funzione di parametri spaziali e temporali.</p> <p>D. Utilizzare con disinvoltura i più tradizionali attrezzi ginnici.</p> <p>E. Applicarsi su alcuni grandi attrezzi della palestra.</p> <p>F. Inventare movimenti con piccoli attrezzi su specifica richiesta.</p> <p>G. Risolvere normalmente un determinato problema motorio anche ricorrendo a soluzioni creative.</p>	<p>A. Schemi motori e posturali.</p> <p>B. Attività che esercitano capacità condizionali e coordinative speciali.</p> <p>C. Piccoli e grandi attrezzi presenti in palestra e loro funzioni.</p> <p>D. Potenzialità del proprio corpo nello spazio e nel tempo e possibilità di utilizzo di diversi materiali.</p>



ISTITUTO COMPRENSIVO MORI

SCUOLE PRIMARIE MORI E RONZO-CHIENIS - SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO
MORI

Via Giovanni XXIII, n. 64 – 38065 Mori (TN) Tel 0464/918669 – C.F. 94024510227

e-mail: segr.ic.mori@scuole.provincia.tn.it

www.icmori.it



- Partecipare a giochi di movimento, giochi tradizionali, giochi sportivi di squadra, rispettando le regole, imparando a gestire con equilibrio sia la sconfitta che la vittoria. Gestire i diversi ruoli assunti nel gruppo e i momenti di conflittualità nel rispetto di compagni ed avversari.

<p style="text-align: center;">Abilità <i>Lo studente è in grado di:</i></p>	<p style="text-align: center;">Conoscenze <i>Lo studente conosce:</i></p>
<p>A. Partecipare con responsabilità e impegno ad alcune specialità sportive individuali. B. Gestire in modo efficace un proprio programma di allenamento. C. Partecipare in forma propositiva alla scelta di strategie di giochi di squadra, utilizzando al meglio le proprie capacità tecniche e tattiche. D. Rispettare le regole dei giochi organizzati e delle attività sportive. E. Accettare e rispettare le diversità (debolezze ed eccellenze) nelle prestazioni sportive dei compagni. F. Attribuire il giusto peso a vittorie e sconfitte. G. Applicare in modo corretto il regolamento dei giochi sportivi nelle forme di arbitraggio e di giuria.</p>	<p>A. Caratteristiche e funzioni di giochi, sport, e movimenti finalizzati. B. Giochi cooperativi ed agonistici, individuali e di gruppo. C. I concetti di lealtà, rispetto, partecipazione, collaborazione, cooperazione. D. Il valore del confronto e della competizione. E. Le associazioni sportive e le proposte sportive presenti nel territorio. F. Gli elementi tecnici e regolamentari degli sport praticati.</p>

- Controllare il movimento e utilizzarlo anche per rappresentare e comunicare stati d'animo.

<p style="text-align: center;">Abilità <i>Lo studente è in grado di:</i></p>	<p style="text-align: center;">Conoscenze <i>Lo studente conosce:</i></p>
<p>A. Usare il linguaggio del corpo per comunicare stati d'animo e sentimenti. B. Utilizzare modalità espressive efficaci anche attraverso forme di drammatizzazione. C. Realizzare sequenze corrette di movimento in corrispondenza di strutture ritmiche.</p>	<p>A. Tecniche di espressione corporea. B. Elementi del linguaggio del corpo. C. Elementi del linguaggio dei gesti. D. Il rapporto tra parola, corpo, musica e arte.</p>



ISTITUTO COMPRENSIVO MORI

SCUOLE PRIMARIE MORI E RONZO-CHIENIS - SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO
MORI

Via Giovanni XXIII, n. 64 – 38065 Mori (TN) Tel 0464/918669 – C.F. 94024510227

e-mail: segr.ic.mori@scuole.provincia.tn.it

www.icmori.it



- Assumere comportamenti rispettosi della salute e della sicurezza, proprie ed altrui.

<p style="text-align: center;">Abilità</p> <p style="text-align: center;"><i>Lo studente è in grado di:</i></p>	<p style="text-align: center;">Conoscenze</p> <p style="text-align: center;"><i>Lo studente conosce:</i></p>
<p>A. Prevedere correttamente le conseguenze di un'azione motoria.</p> <p>B. Svolgere operazioni di primo intervento in caso di piccoli infortuni.</p> <p>C. Distribuire in modo adeguato il carico motorio-sportivo e rispettare le pause di recupero.</p> <p>D. Utilizzare in modo corretto spazi e attrezzature sia individualmente che in gruppo.</p> <p>E. Riconoscere il corretto rapporto tra alimentazione, attività motoria e sportiva e benessere psico-fisico.</p>	<p>A. Pericoli connessi alle attività motorie ed atteggiamenti di prevenzione per l'incolumità di sé e dei compagni.</p> <p>B. Pericoli connessi a comportamenti stereotipati appresi attraverso i media e potenziali esperienze trasgressive.</p> <p>C. Nozioni di igiene corporea, alimentare e comportamentale.</p> <p>D. Il concetto di sicurezza e integrità fisica. E. Il concetto di salute.</p>

3. Situazione di partenza:

- Colloquio individuale;
- Attività in circuito o strutturate con esercizi che permettono di rilevare competenze specifiche in ordine alle capacità coordinative, condizionali e sociali.

4. Attività:

Atletica leggera; Pallapugno; Pallamano; Acrosport; Pallavolo; Pallacanestro; Badminton; Percorsi motori; Ultimate Frisbee; Orienteering; BLS/BLSD.

5. Metodologia e strumenti didattici:

5.1 Metodologia:

Considerando l'educazione fisica come educazione al movimento, del movimento e attraverso il movimento, la scelta di determinate procedure metodologiche (sia a livello di strategie didattiche che di attenzioni pedagogiche) sarà orientata al rispetto del soggetto in apprendimento che, attraverso questa educazione, ricerca uno sviluppo del concetto di sé, della propria consapevolezza

**ISTITUTO COMPRENSIVO MORI**SCUOLE PRIMARIE MORI E RONZO-CHIENIS - SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO
MORI

Via Giovanni XXIII, n. 64 – 38065 Mori (TN) Tel 0464/918669 – C.F. 94024510227

e-mail: segr.ic.mori@scuole.provincia.tn.it

www.icmori.it



corporea e di una corretta e soddisfacente interazione sociale.

Si ritiene opportuno specificare inoltre:

- Presentazione del lavoro pratico

Nelle fasi di presentazione di ogni lavoro pratico l'attenzione sarà particolarmente centrata sui seguenti punti:

- fornire informazioni sintetiche chiare e precise limitate agli aspetti essenziali;
- costruire un quadro di riferimento teorico (analizzato e fatto proprio dal ragazzo) all'interno del quale si colloca il gesto motorio proposto;
- definire verbalmente i punti chiave dell'azione;
- collegare le informazioni con l'esperienza pratica;
- utilizzare dimostrazioni corrette scegliendo prospettive adeguate di osservazione.

- Individualizzazione dell'insegnamento

In tantissimi momenti dell'azione didattica, e soprattutto nelle situazioni di difficoltà con i ragazzi più deboli sul piano dell'apprendimento motorio, risulta importante l'individualizzazione degli interventi che consiste:

- nell'adattare le esercitazioni alle caratteristiche degli alunni in difficoltà (età, genere, esperienze motorie pregresse, capacità, motivazioni, ritmi di apprendimento)
- nel prevedere momenti di lavoro con la creazione di gruppi ai quali assegnare compiti con difficoltà crescenti o richiedendo prestazioni differenziate
- nell'incentivare sia il lavoro autonomo, sia la collaborazione con i pari.

- Gestione dell'errore

Negli interventi tesi alla correzione di errori l'attenzione sarà posta soprattutto sulle seguenti cose:

- fornire informazioni verbali e visive in modo adeguato e puntuale;
- correggere gli errori uno alla volta partendo da quelli più importanti;
- permettere che il soggetto modifichi la sua azione dopo l'intervento correttivo;
- evitare gli interventi unicamente in negativo;
- coinvolgere l'alunno con domande guida atte ad analizzare la propria prestazione o quella dei compagni.



ISTITUTO COMPRENSIVO MORI

SCUOLE PRIMARIE MORI E RONZO-CHIENIS - SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO
MORI

Via Giovanni XXIII, n. 64 – 38065 Mori (TN) Tel 0464/918669 – C.F. 94024510227

e-mail: segr.ic.mori@scuole.provincia.tn.it

www.icmori.it



5.2 Strumenti didattici:

Sarà messa a disposizione l'attrezzatura sportiva specifica per ogni attività proposta (piccoli attrezzi, grandi attrezzi, palloni di diverse dimensioni e di diversi giochi sportivi, tappeti, materassi). Palestra e spazio esterno attrezzato. Utilizzo di Classroom per trasmettere video e testi per facilitare la comprensione di regole e aspetti tecnici delle varie attività.

6. Valutazione

Vengono comunicati alla classe i criteri della valutazione formativa, la quale si rifà al comportamento, alla partecipazione e all'apprendimento motorio. Non verrà valutato il risultato bensì il raggiungimento delle competenze di cui al punto 2 del presente documento, nonché nell'ambito di:

- un'acquisizione di multi-abilità motorie e sportive;
- un impegno partecipato e un'elaborazione decisionale nelle risposte motorie;
- una corretta interazione con il gruppo classe e una positiva convivenza sociale al suo interno;
- una equilibrata percezione di sé e della propria personalità.

Oltre alle osservazioni quotidiane, verranno proposte periodicamente delle verifiche. Sia verifiche fisiche sotto forma di test motori, circuiti, esercitazioni e prove d'abilità, sia verifiche teoriche. La somma o la media delle singole valutazioni darà il voto finale dell'unità didattica. Le valutazioni intermedia e finale terranno conto di tutto il percorso d'apprendimento instaurato fino a quel momento e dei relativi progressi o regressi. Verranno espresse con i voti: non sufficiente, sufficiente, discreto, buono, distinto, ottimo.

7. Relazione finale

Alla fine dell'anno scolastico, si osserva il percorso dagli alunni tenendo conto della situazione di partenza, dell'evoluzione degli apprendimenti e delle attività effettivamente svolte.