



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 IC MORI

CLASSE: I A

DOCENTE: SERRA LEONARDO

DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Anno scolastico 2025-2026

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO IC MORI
PROGETTAZIONE EDUCATIVO DIDATTICA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

ANNO SCOLASTICO 2025/2026

DOCENTE: Prof. SERRA Leonardo

CLASSE I A

NUMERO ORE SETTIMANALI: 2

- Finalità educative della materia;
 - Competenze
 - abilità e conoscenze.
 - Modalità di rilevamento della situazione di partenza;
 - Attività;
 - Metodologia e strumenti didattici;
 - Controllo del risultato: verifica e valutazione;
 - Relazione finale.
-
- Finalità educative della materia

Laboratorio “ambiente” per la scuola secondaria di primo grado

L’ambiente naturale del nostro territorio offre molteplici opportunità di pratica motoria e sportiva, mirate, soprattutto, alla promozione di esperienze significative per la formazione degli studenti.

L’impostazione della forma laboratoriale implica una modalità di conduzione che lasci spazio alla ricerca e alla scoperta individuale.

Gli studenti vengono indotti a comprendere e valutare le risposte di adattamento del corpo alle diverse condizioni di lavoro rispetto all’intensità dell’andatura sostenuta e dell’attività svolta; valori solitamente espressi dall’apparato cardio-circolatorio (controllo della frequenza cardiaca attraverso il conteggio al “polso” o alla giugulare) e respiratorio (frequenza degli atti respiratori e ampiezza del respiro).

Questa parte laboratoriale potrà essere organizzata sia all’aperto che in palestra.

- 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 appartenenza ad un gruppo e opportunità di aggregazione. 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.

○ Competenza 1

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

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

○ Competenza 2

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

○ Competenza 3

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 e avversari.

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

○ Competenza 4

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

Abilità	Conoscenze
Lo studente è in grado di: – Usare il linguaggio del corpo per comunicare stati d'animo e sentimenti. – Utilizzare modalità espressive efficaci anche attraverso forme di drammatizzazione. – Realizzare sequenze corrette di movimento in corrispondenza di strutture ritmiche.	Lo studente conosce: – Tecniche di espressione corporea. – Elementi del linguaggio del corpo. – Elementi del linguaggio dei gesti. – Il rapporto tra parola, corpo, musica, arte, ecc.

○ Competenza 5

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

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

○ Modalità di rilevamento della situazione di partenza

- Scheda di presentazione personale;
- Disponibilità al lavoro ed all'apprendimento;
- Attività in circuito o strutturate con esercizi che permettono di rilevare competenze specifiche in ordine alla coordinazione, equilibrio, forza, destrezza, orientamento nello spazio e sicurezza nelle proprie capacità.
- Somministrazione test.

○ Attività

- Atletica leggera
- Pallamano
- Pallavolo
- Pallacanestro
- Tamburello
- Orienteering
- Calcio a cinque
- Arrampicata
- Circuit training
- Ultimate
- Tennis / Badminton
- Tag Rugby

- Metodologia e strumenti didattici

- Gran parte delle attività sono proposte per l'attivazione del processo cognitivo.
- Presentazione dell'unità didattica;
- Metodo della libera esplorazione (dei materiali, degli spazi, dei compagni di lavoro);
- Metodo della scoperta guidata e dell'assegnazione dei compiti;
- Metodo della risoluzione dei problemi;
- Progressione didattica in graduale crescente difficoltà;
- Ripetizione di esercitazioni specifiche;
- Imitazione;
- Progressioni situazionali;
- Si cercherà di fornire indicazioni chiare e precise per far sì che i ragazzi si formino un'immagine chiara e concreta dell'obiettivo motorio da perseguire;
- Richiamo dell'attenzione sui punti fondamentali dell'azione proposta;
- Valorizzazione dei comportamenti corretti e l'impegno dimostrati dagli alunni.

- Strumenti didattici

Sarà messa a disposizione l'attrezzatura sportiva specifica per ogni attività proposta. Palestra e spazio esterno attrezzato, video per facilitare la comprensione di regole e aspetti tecnici delle varie attività. Quando sarà necessario, verranno forniti filmati o materiale didattico tramite la piattaforma Classroom.

- Controllo del risultato: verifica e valutazione

Alle classi si comunica che alla fine di ogni lezione viene scritta sul registro la valutazione circa l'attività svolta. La valutazione espressa nelle prime quattro lezioni è riferita alla situazione di partenza per le voci riportate nel punto 3.

Successivamente ogni lezione prevede la valutazione delle competenze dominanti nella lezione.

La valutazione a fine quadrimestre è la sommativa delle diverse abilità e viene espressa con i voti: non sufficiente, sufficiente, discreto, buono, distinto, ottimo.

- Relazione della situazione 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.

F.to Prof. Leonardo Serra