Buonarroti Fossombroni
Istituto di Istruzione Superiore

ISTITUTO TECNICO ECONOMICO TECNOLOGICO
"BUONARROTI-FOSSOMBRONI"

MIM Ministero dell'Istruzione e del Merito

Via XXV Aprile, 86 - AREZZO (AR) | Codice meccanografico: ARIS013007 | Codice fiscale: 80008840516 | Codice IPA: istsc_aris013007
TEL.: +39 0575 35911 | Web: www.buonarroti-fossombroni.edu.it | PEO: aris013007@istruzione.it | PEC: aris013007@pec.istruzione.it

PROGRAMMA SVOLTO A.S. 2024/2025

PRIMO BIENNIO

Classe: 1 ES

Indirizzo: TECNICO ECONOMICO SPORTIVO

Disciplina: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

prof.ssa MAIONCHI MAGDA

L'insegnamento delle scienze motorie nel primo biennio della scuola secondaria superiore, deve costituire il naturale proseguimento di quello svolto nella scuola secondaria inferiore; concorre alla formazione degli alunni in un periodo caratterizzato da rapidi ed intensi cambiamenti psicofisici e da una grande disomogeneità di situazioni personali, delle significative differenze tra i due sessi e della variabilità del processo evolutivo individuale.

Le unità tematiche sotto elencate sono state sviluppate durante l'intero anno scolastico in quanto complementari tra loro.

Le abilità individuali		
COMPETENZE DISCIPLINARI:	ABILITÀ/CAPACITÀ	CONTENUTI
1 – Utilizzare in modo adeguato le abilità motorie sviluppate. 2 – Applicare le regole del fair play. Svolgere in modo adeguato ed efficace un'attività sportiva.	Eseguire in modo corretto semplici esercizi di mobilità Eseguire in modo corretto semplici esercizi di forza Eseguire in modo corretto semplici esercizi di resistenza Eseguire in modo corretto semplici esercizi di coordinazione/destrezza Rispetto delle regole, degli altri e delle strutture. Costanza e correttezza nella pratica delle attività sportive	Mobilità articolare Forza Resistenza Velocità Coordinazione, destrezza Pre-acrobatica Giochi pre-sportivi
Ripresa sistematica dei vari esercizi durante i vari periodi dell'anno scolastico		

Gli sport		
COMPETENZE DISCIPLINARI:	ABILITÀ/CAPACITÀ	CONTENUTI
1 – Utilizzare in modo adeguato le abilità motorie sviluppate. 2 – Applicare le regole del fair play. Svolgere in modo adeguato ed efficace un'attività sportiva	Eseguire i fondamentali degli sport individuali e di squadra Rispetto delle regole, degli altri e delle strutture Costanza e correttezza nella pratica delle attività sportive	Le attività sono state svolte (in molti casi con l'intervento di tecnici federali) alla ricerca del coinvolgimento della totalità degli alunni e della valorizzazione delle diverse personalità. Conoscenza teorico/pratica ed esecuzione dei fondamentali dei seguenti sport di squadra e individuali: pallavolo, pallacanestro, calcio a 5, hockey, pallamano, baseball e softball, rugby, atletica leggera (LE CORSE), tiro con l'arco, nuoto (stile libero e dorso), scherma, lotta, karate, scacchi, tamburello, crossfit, golf. Gli alunni della classe hanno aderito e partecipato alle attività del C.S.S. (Campionati Studenteschi). PROGETTO NEVE
Ripresa sistematica del gesto e dei vari esercizi durante i vari periodi dell'anno scolastico		

Teoria		
COMPETENZE DISCIPLINARI:	ABILITÀ/CAPACITÀ	CONTENUTI
Acquisizione di nozioni basilari per il mantenimento della salute psico-fisica.	Conoscere il concetto di salute. Conoscere a grandi linee l'anatomia del corpo umano. Conoscere il regolamento degli sport spiegati	Apparato locomotore: apparato scheletrico, apparato articolare, sistema muscolare: bioenergetica muscolare. Principali paramorfismi e dismorfismi del tronco e degli arti. Approfondimento teorico di alcune discipline sportive trattate durante l'anno scolastico. Educazione civica: I PARAMORFISMI
Questa unità tematica e'stata utilizzata in modo particolare per gli alunni esonerati dalla pratica. **Tutti gli argomenti teorici sopra – elencati sono stati svolti in parte durante il primo trimestre.**		

METODO DI INSEGNAMENTO

(Si riportano le indicazioni generali elaborate dal gruppo disciplinare con opportuni adeguamenti riferiti alla fisionomia della classe e alle scelte del docente nel quadro della libertà di insegnamento)

Agli alunni è stata richiesta una partecipazione attiva nel provare, praticare e sperimentare quanto proposto, spiegato e dimostrato. Le diverse metodologie proprie della disciplina (metodo globale e/o analitico) sono state utilizzate in relazione alle esigenze degli alunni tenendo in considerazione le risposte date dagli stessi al lavoro proposto.

Il metodo di lavoro è stato comunque fortemente condizionato da diversi fattori quali la composizione eterogenea del gruppo classe, le strutture e soprattutto il numero elevato di alunni in rapporto agli spazi a disposizione.

Sono stati utilizzati sia metodi induttivi che deduttivi, sempre tenendo conto del contesto e dell'argomento da dover affrontare.

L'attività è stata svolta secondo il principio della gradualità e della progressività in forma analitica e globale. È stato impiegato il lavoro individuale, a coppie e in gruppo. Talvolta è stato utilizzato il lavoro a circuito.

VERIFICA E VALUTAZIONE

La valutazione ha avuto per oggetto il processo di apprendimento, il comportamento e il rendimento scolastico complessivo degli alunni e ha consentito di regolare l'azione didattica accertando lo stato di apprendimento e le difficoltà incontrate, evidenziando l'efficacia delle strategie didattiche ed eventualmente riadattandole. Si è sempre tenuto conto dei livelli di partenza di ciascuno (valutati attraverso specifici test d'ingresso).

Valutazione conoscenze teoriche: Produzione di relazioni scritte.

Per la griglia di valutazione e gli obiettivi minimi, si rimanda alla programmazione dipartimentale.

Data,
GIUGNO 2025

Docente
MAIONCHI MAGDA
Firma autografa
sostituita a mezzo stampa ai sensi dell'art. 3, comma 2 del D.Lgs. n. 39/1993"