

**Disciplina Scienze motorie e Sportive**

**Insegnante Casale - Mazzoli**

**Classi seconde**

RIFERIMENTI ALLA NORMATIVA		OBIETTIVI FORMATIVI (declinato in tre livelli standard di apprendimento)	ORGANIZZAZIONE DIDATTICA	ACCERTAMENTO delle conoscenze e abilità
PECUP	OSA (discipline ed educazioni)			OSSERVAZIONE delle competenze
<p>1.1.1.3. superare lo smarrimento di fronte a ciò che cambia a partire da se stesso ed alla sua esperienza; si può essere diversi pur rimanendo se stessi nel corpo;</p> <p>1.1.1.4. nelle reazioni emotive</p> <p>4.1.1 conoscere il proprio corpo e il suo funzionamento;</p> <p>4.1.3. pervenire ad un equilibrato e armonico sviluppo della propria personalità;</p> <p>4.1.4. valutare le esperienze motorie e sportive proprie e altrui</p>	<p><b>Conoscenze</b>  <b>C 1:</b> consolidamento delle capacità coordinative,  <b>C 8:</b> presa di coscienza del proprio stato di efficienza fisica attraverso l'auto-valutazione delle personali capacità e performance;  <b>C 9:</b> rapporto tra la prontezza di riflessi e una situazione di benessere fisico</p> <p><b>Abilità:</b>  <b>A 2</b> Utilizzare consapevolmente piani di lavoro razionali per l'incremento delle capacità condizionali, secondo i propri livelli di maturazione, sviluppo e apprendimento  <b>A 9</b> rispettare il codice geontologico dello sportivo e le regole delle discipline sportive praticate  <b>A 12</b> Sperimentare piani di lavoro personalizzati.</p>	<p>* incrementare la <u>velocità</u> come rapidità di esecuzione di movimenti e prontezza di riflessi:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) saper eseguire gesti motori e/o coprire rapidamente spazi o distanze;</li> <li>2) saper eseguire con sufficiente rapidità gesti motori di base;</li> <li>3) ha difficoltà nell'eseguire gesti motori di base.</li> </ol>	<p><b>Durata:</b> 4 lezioni da 1 ora ciascuna</p> <p><b>Sussidi didattici:</b> nessuno</p> <p><b>Metodologia:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• spunti dati dall'insegnante;</li> <li>• lavoro individuale o a coppie</li> <li>• lavoro in piccoli gruppi</li> </ul>	<p><b>Tempi di verifica</b></p> <p><b>Verifiche (modalità e /o tipo)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Osservazione dell'insegnante durante l'attività;</li> <li>- Realizzazione di elaborati motori</li> <li>- Esecuzione di test</li> </ul> <p><b>Valutazione</b> (vedi Ob. Formativi)</p> <p><b>Osservazione delle competenze</b></p> <p><b>Compito unitario</b></p>