

ANNO SCOLASTICO 2017/ 2018

VERBALE N° 1

Nei giorni 13 e 19 Settembre 2017 alle ore 15 in un aula del 1° piano del Liceo Statale “ U. Dini “ si riunisce il dipartimento di Scienze Motorie per discutere il seguente o.d.g :

- 1) Individuazione del Coordinatore del dipartimento
- 2) programmazione di dipartimento rispetto alle linee di indirizzo del Liceo e al Piano di miglioramento;
- 3) varie ed eventuali

Sono presenti : prof.ssa Alessandra Bechelli che funge da segretaria e redige il presente verbale; prof. Paolo Cheti; prof.ssa Lucia Guerrieri; prof.ssa Fabiana Pisanu; prof.ssa Giovanna Siega.

Riguardo al 1° punto all’o.d.g. dopo aver preso in esame l’attività precedentemente svolta viene riconfermata coordinatrice la prof.ssa Alessandra Bechelli

Per quanto riguarda il 2° punto all’o.d.g sono stati individuati i seguenti nuclei fondanti:

LINGUAGGIO MOTORIO TECNICO-SPORTIVO	<ul style="list-style-type: none"><li>- osservazione sistematica conoscenza e consolidamento delle competenze motorie di base</li><li>- conoscenza, acquisizione e consolidamento delle capacità coordinative</li><li>- conoscenza, acquisizione e consolidamento delle capacità condizionali</li><li>- saper eseguire in modo corretto i fondamentali delle seguenti discipline individuali: atletica leggera, orienteering, arrampicata sportiva, nuoto, sport invernali, escursionismo, pattinaggio su ghiaccio</li><li>- saper eseguire in modo corretto i fondamentali di base delle seguenti discipline di squadra: pallavolo, pallacanestro, pallamano e calcio.</li></ul>
LINGUAGGIO ESPRESSIVO CORPOREO	<ul style="list-style-type: none"><li>- aver acquisito il valore della propria corporeità grazie alle attività motorie e sportive programmate</li></ul>
ACQUISIZIONE DI UN CORRETTO STILE DI VITA E CONSOLIDAMENTO DELLA CULTURA MOTORIA	<ul style="list-style-type: none"><li>- conoscenze di anatomia, di fisiologia dei principali sistemi e apparati applicate alle scienze motorie</li><li>- principi di pronto soccorso</li><li>- adeguate conoscenze per una corretta alimentazione</li><li>- i pericoli legati alle tossicodipendenze</li><li>- effetti benefici del movimento e principi di teoria dell’allenamento</li><li>- attività in ambiente naturale e conoscenza del territorio</li></ul>

**In base a questi presupposti adotteremo la seguente programmazione disciplinare:**

### CONOSCENZE

Per quanto riguarda le **conoscenze**

- conoscenza e consolidamento degli schemi motori di base
- conoscenza dei principi di una corretto stile di vita
- conoscenza della corretta esecuzione tecnica del gesto sportivo di base

## LIVELLI DI CONOSCENZA

Non dimostra interesse e non partecipa alle attività proposte Si giustifica sistematicamente e non presenta nessuna certificazione	Gravemente insufficiente
Conoscenza parziale	Insufficiente
Conoscenza delle parti essenziali	Sufficiente
Conoscenza adeguata	Buono
Conoscenza completa ed approfondita	Ottimo

## CAPACITA'

- Migliorare le capacità condizionali
- Migliorare le capacità coordinative
- Migliorare la postura, l'equilibrio e l'orientamento spazio-temporale
- Comprendere la terminologia tecnico-ginnico corretta

## LIVELLI DI CAPACITA'

Le capacità sopra citate vengono valutate attraverso una serie di test motori specifici e per ciascun test viene allegata la griglia di valutazione

<b>CAPACITA CONDIZIONALI</b>	
<b>AFFINARE LA FORZA E POTENZIARLA</b>	
Non dimostra interesse e non partecipa alle attività proposte giustificandosi sistematicamente	Gravemente insufficiente
Ha difficoltà a eseguire correttamente	Insufficiente
Esegue correttamente esercizi a carico naturale	Sufficiente
Sa valutare la forza dei muscoli in base a parametri di riferimento	Buono
Sa applicare le regole dell'allenamento agli esercizi di potenziamento muscolare	Ottimo
<b>INCREMENTARE LA RESISTENZA</b>	
Non dimostra interesse e non partecipa alle attività proposte	Gravemente insufficiente
Incontra difficoltà nel trovare il giusto ritmo di lavoro	Insufficiente
Sa percepire e rilevare i battiti a riposo, sa valutare lo sforzo adattandosi	Sufficiente
Esegue correttamente esercizi in condizioni di leggero affaticamento	Buono
Sa utilizzare i vari metodi per migliorare le capacità di resistenza	Ottimo
<b>AFFINARE LA VELOCITA' E LA RAPIDITA'</b>	
Non dimostra interesse e non partecipa alle attività proposte	Gravemente insufficiente
Ha difficoltà nell'eseguire con la dovuta rapidità	Insufficiente
Risponde in modo adeguatamente veloce alle stimolazioni	Sufficiente
Risponde velocemente e con proprietà	Buono

Sa combinare rapidità e forza	Ottimo
<b>MIGLIORARE LA MOBILITA' ARTICOLARE</b>	
Non dimostra interesse e non partecipa alle attività proposte	Gravemente insufficiente
Ha difficoltà a muoversi in scioltezza	Insufficiente
Ha consapevolezza del livello della propria mobilità	Sufficiente
Sa eseguire movimenti ampi ed efficaci	Buono
Sa eseguire correttamente esercizi di mobilitazione attiva e passiva	Ottimo
<b>CAPACITA' COORDINATIVE</b>	
<b>DESTREZZA</b>	
Non dimostra interesse e non partecipa alle attività proposte	Gravemente insufficiente
Incontra difficoltà a eseguire velocemente e senza errori	Insufficiente
Esegue il percorso con una certa precisione	Sufficiente
Sa eseguire con correttezza gli esercizi, ricercando una discreta velocità	Buono
Esegue gli esercizi sul percorso con rapidità e precisione senza commettere errori	Ottimo
<b>COORDINAZIONE OCULO-MANUALE</b>	
Non dimostra interesse e non partecipa alle attività proposte	Gravemente insufficiente
Incontra difficoltà nei gesti di lanciare, colpire e afferrare la palla	Insufficiente
Sa compiere lanci di precisione da fermo	Sufficiente
Sa compiere gesti di precisione e colpire bersagli in movimento	Buono
Sa applicare gesti di precisione e lancio in situazioni complesse	Ottimo
<b>DIFFERENZIAZIONE SPAZIO-TEMPORALE</b>	
Non dimostra interesse e non partecipa alle attività proposte	Gravemente insufficiente
Incontra difficoltà a muoversi in spazi stabiliti, con cambi di ritmo	Insufficiente
Sa muoversi in spazi prestabiliti controllando diverse dinamiche	Sufficiente
Sa muoversi negli spazi stabiliti, valutando la palla e le dinamiche del gioco	Buono
Sa muoversi in spazi stabiliti, valutando la posizione dei compagni, dell'avversario, la palla e i tempi di esecuzione	Ottimo
<b>CAPACITA' DI EQUILIBRIO</b>	
Non dimostra interesse e non partecipa alle attività proposte	Gravemente insufficiente
Ha difficoltà nel mantenere alcune posizioni di equilibrio statico e/o dinamico	Insufficiente
Sa mantenere l'equilibrio e il controllo della postura	Sufficiente
Sa recuperare l'equilibrio dopo esercizi effettuati in	Buono

condizioni di equilibrio dinamico	
Controlla l'equilibrio del corpo in situazioni complesse agli attrezzi e nel gioco	Ottimo
<b>CAPACITA' DI ANTICIPAZIONE MOTORIA E REAZIONE</b>	
Non dimostra interesse e non partecipa alle attività proposte	Gravemente insufficiente
Ha qualche difficoltà a intuire il programma motorio dei compagni	Insufficiente
Sa effettuare azioni motorie veloci e adeguate agli stimoli	Sufficiente
Sa prevedere in anticipo alcune azioni in situazione di gioco facilitato	Buono
Sa intuire il programma d'azione dei compagni anticipandoli	Ottimo

### COMPETENZE

Saper usare le principali attrezzature ginnico-sportive  
Utilizzare in modo corretto alcune tecniche di pronto intervento

### LIVELLI DI COMPETENZA

Nessuna dimostra interesse e non partecipa alle attività proposte	Gravemente insufficiente
Capacità parziale	Insufficiente
Capacità delle parti essenziali	Sufficiente
Capacità adeguata	Buono
Capacità completa ed approfondita	Ottimo

### PROGRAMMAZIONE

Le unità didattiche avranno la durata di un mese circa.

Al termine verranno eseguiti test motori e/o valutazioni scritte e orali. Nel trimestre iniziale le valutazioni saranno minimo 2, nel pentamestre minimo 3. Gli alunni esonerati vengono valutati attraverso prove orali e/o scritte su contenuti inerenti a quelli spiegati e attività di collaborazione attiva come giudici e/o arbitri. Il libro di testo in adozione è "Il corpo e i suoi linguaggi" (versione light) autori Del Nista, Parker, Tasselli Casa Editrice G. D'Anna. Nelle classi quinte l'uso del libro è consigliato per l'acquisizione degli argomenti teorici programmati.

- 3) varie ed eventuali: i docenti prendono atto che non esiste nessuna risorsa di potenziamento per le Scienze Motorie; pertanto in base al numero elevato di alunni che vengono coinvolti nelle attività motorie extracurricolari, sarebbe auspicabile che venga nominato un docente che ci consenta di potenziare le attività in oggetto.

Le sedute sono tolte alle ore 17,30.

Letto, approvato e sottoscritto il presente verbale.

La Coordinatrice  
Alessandra Bechelli

