



Unione Europea  
Fondo Europeo Sviluppo Regionale



**Scuola Media Statale “ Matteo Basile “ - Parete**  
**Distretto Scolastico n° 15 – Aversa**

www.smsbasileparete.it - info @ smsbasileparete.it - CEMM071006 @ istruzione.it

---



Unione Europea  
Fondo Sociale Europeo

# Piano delle attività educative

## SCIENZE MOTORIE

Triennio 2008/2011

**CLASSI    PRIMA    SECONDA    TERZA**



### **OBIETTIVI FORMATIVI**

- 1) Conoscenza degli schemi motori di base
- 2) Controllo del proprio corpo in situazioni motorie complesse e variabili
- 3) Socializzazione
- 4) Stabilire corretti rapporti interpersonali e mettere in atto comportamenti operativi e organizzativi all' interno del gruppo
- 5) Comprendere l' importanza della collaborazione con i compagni
- 6) Conoscenza, condivisione e rispetto delle regole

### **OBIETTIVI GENERALI**

- 1) Migliorare il livello di coscienza del proprio corpo
- 2) Conoscere e consolidare gli schemi di base sia statici che dinamici
- 3) Valorizzare il rapporto tra movimento e musica anche attraverso la danza
- 4) Utilizzare le abilità personali in modo funzionale rispetto alla variabilità di situazioni motorie tipiche dei giochi di squadra

## **1° UNITA' DI APPRENDIMENTO: FARE MOVIMENTO**

### **ARTICOLAZIONE APPRENDIMENTO**

#### **Prerequisiti**

1. Conoscenza degli effetti fondamentali del movimento sul corpo
2. Coscienza e controllo del proprio corpo
3. Conoscenza e utilizzo delle qualità motorie in modo funzionale rispetto alla variabilità di situazioni

### **OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO**

#### **Classe prima**

- a) Prendere coscienza delle proprie capacità motorie
- b) Migliorare l'efficacia delle proprie azioni motorie in relazione allo spazio e al tempo

#### **Classe seconda**

- a) Migliorare il livello di coscienza e di conoscenza del proprio corpo
- b) Controllare il proprio corpo in situazioni motorie complesse e variabili
- c) Utilizzare le abilità di coordinamento generale e di equilibrio nei giochi individuali e di squadra



Unione Europea  
Fondo Europeo Sviluppo Regionale



## Scuola Media Statale “ Matteo Basile “ - Parete Distretto Scolastico n° 15 – Aversa



Unione Europea  
Fondo Sociale Europeo

www.smsbasileparete.it - info @ smsbasileparete.it - CEMM071006 @ istruzione.it

---

### Classe terza

- a) Sviluppare e consolidare i livelli di espressione delle abilità motorie
- b) Utilizzare le abilità personali in modo funzionale rispetto alla variabilità di situazioni motorie tipiche dei giochi di squadra

### Traguardi

- a) Possiede la padronanza dei diversi schemi motori, adattandoli alle variabili spaziali e temporali
- b) Ha acquisito controllo dei diversi schemi motori e utilizza gli aspetti comunicativo-relazionale del linguaggio corporeo-motorio-sportivo
- c) Possiede conoscenze e competenze relative all'educazione alla salute, alla prevenzione e alla promozione di corretti stili di vita
- d) E' capace di integrarsi nel gruppo di cui condivide e rispetta le regole, dimostrando di accettare e rispettare l'altro
- e) E' capace di assumersi responsabilità nei confronti delle proprie azioni

### MEDIAZIONE DIDATTICA

- attività individuali e di gruppo,
- tutoring,
- apprendimento cooperativo,
- lezioni frontali,
- gioco-sport per l'avviamento alla pratica sportiva.

### TEMPI

intero anno scolastico

### CONTROLLO DEGLI APPRENDIMENTI

Prove d'ingresso ( test di coordinazione, circuiti di destrezza e a tempo )

Rilevazione sistematica

La valutazione formativa degli alunni avverrà mediante osservazioni sistematiche durante lo svolgimento delle attività e la valutazione delle competenze raggiunte sarà data dalle prove finali intese come verifica sommativi dell'intero processo di apprendimento.



2<sup>a</sup> UNITA' DI APPRENDIMENTO:  
AVVIAMENTO ALLA PRATICA SPORTIVA:  
DAL GIOCO ALLO SPORT. GIOCHI SPORTIVI E REGOLE

**ARTICOLAZIONE APPRENDIMENTO**

**Prerequisiti :**

1. Padronanza delle abilità motorie basilari
2. Conoscenza e rispetto delle regole sportive
3. Attuazione finalizzata delle proprie condotte motorie

**OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO**

**Classe prima**

- a) Organizzare il proprio movimento in relazione a sé, agli altri e agli oggetti
- b) Riconoscere e valutare traiettorie e distanze
- c) Consolidare la padronanza degli schemi motori dinamici

**Classe seconda**

- a) Controllare l'impiego delle proprie capacità fisiche adeguandole al compito motorio
- b) Utilizzare le abilità coordinative per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport
- c) Conoscere e applicare i principali elementi tecnici delle principali discipline sportive

**Classe terza**

- a) Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa
- b) Apprendere l'uso di strategie e tattiche sportive
- c) Partecipare in forma collaborativa alla scelta di strategie di gioco
- d) Conoscere e applicare il regolamento dei giochi sportivi, assumendo anche il ruolo di arbitro

**TRAGUARDI**

- a) Acquisisce consapevolezza di sé e padronanza dei diversi schemi motori e posturali
- b) Gestisce in modo consapevole abilità riferite a situazioni tecniche e tattiche negli sport individuali e di squadra
- c) Riconosce e applica le regole
- d) Controlla le proprie emozioni e la propria aggressività
- e) E' in grado di collaborare e di superare le difficoltà
- f) Interagisce con gli adulti e i coetanei



## **MEDIAZIONE DIDATTICA**

Attività individuali e in gruppo, apprendimento cooperativo, tutoring, lezioni frontali, attività ludiche, giochi propedeutici, avviamento alla pratica sportiva.

## **TEMPI**

Intero anno scolastico

## **CONTROLLO DEGLI APPRENDIMENTI**

Prove di ingresso (test di coordinazione, circuiti di destrezza e a tempo)  
Rilevazioni sistematiche

### 3<sup>a</sup> UNITA' DI APPRENDIMENTO :

### IL CORPO UMANO E L'ATTIVITA' FISICA ARTICOLAZIONE-APPRENDIMENTO

## **ARTICOLAZIONE APPRENDIMENTO**

### **Prerequisiti :**

1. Conoscenza degli apparati e dei sistemi del corpo umano
2. Comprensione delle funzioni basilari degli apparati e dei sistemi
3. Conoscenza degli effetti fondamentali del movimento sul corpo umano
4. Conoscenza delle alterazioni della colonna vertebrale
5. Conoscenza dei traumi che alterano strutture e funzioni dei vari apparati
6. Conoscenza delle norme da osservare per un primo soccorso

## **OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO**

### **Classe prima**

- a) Distinguere le diverse tipologie di strutture degli apparati e sistemi
- b) Conoscere i benefici delle attività fisica

### **Classe seconda**

- a) Conoscere organi, strutture e funzione degli apparati

### **Classe terza**

- a) Conoscere i traumi che alterano strutture e funzioni dei vari apparati
- b) Conoscere le modalità di primo intervento sui traumi fondamentali

## **TRAGUARDI**

- a) possiede conoscenze relative alle funzioni fisiologiche dei vari organi e dei loro cambiamenti conseguenti alla attività motoria



- b) possiede conoscenze e competenze relative all'educazione alla salute, alla prevenzione e alla promozione di corretti stili di vita
- c) conosce gli effetti del movimento sul corpo

## **MEDIAZIONE DIDATTICA**

### **METODI E SOLUZIONI ORGANIZZATIVE**

- a) attività individuali a gruppi; lezioni frontali, uso del quaderno, letture

### **CONTROLLO DEGLI APPRENDIMENTI**

Rilevazioni sistematiche. Test e questionari per verificare le conoscenze acquisite

## **TEMPI**

INTERO ANNO SCOLASTICO

### 4a UNITA' DI APPRENDIMENTO: EDUCAZIONE ALLA SALUTE ARTICOLAZIONE ALL' APPRENDIMENTO

### **ARTICOLAZIONE APPRENDIMENTO**

#### **Prerequisiti :**

1. Conoscenze del proprio corpo
2. Consapevolezza dell'esistenza di diverse abitudini di vita
3. Consapevolezza dei rischi connessi ai comportamenti inadeguati e della possibilità di prevenire i rischi per la salute
4. Percezione delle situazioni di malessere e di disagio

### **OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO**

#### **Classe prima**

- a) Comprendere il concetto di salute
- b) Comprendere il concetto di igiene

#### **Classe seconda**

- a) Conoscere i principi nutritivi e le loro funzioni metaboliche
- b) Delineare i fattori che concorrono al fabbisogno energetico
- c) Delineare una corretta e equilibrata alimentazione
- d) Individuare gli effetti di una alimentazione errata

#### **Classe terza**

- a) Conoscere e comprendere gli effetti delle droghe



Unione Europea  
Fondo Europeo Sviluppo Regionale



**Scuola Media Statale “ Matteo Basile “ - Parete**  
**Distretto Scolastico n° 15 – Aversa**



Unione Europea  
Fondo Sociale Europeo

www.smsbasileparete.it - info @ smsbasileparete.it - CEMM071006 @ istruzione.it

---

- b) Conoscere le modalità di prevenzione delle tossico-dipendenze
- c) Conoscere e comprendere gli effetti delle sostanze dopanti

**TRAGUARDI**

- a) Conosce il proprio corpo e il suo funzionamento
- b) Affronta con responsabilità e indipendenza i problemi riguardanti la cura della proprio persona
- c) E' consapevole della necessità di alimentarsi in modo corretto
- d) Conosce i rischi connessi a comportamenti disordinati(alcool,fumo,droghe)e cerca responsabilmente di evitarli.

**MEDIAZIONE DIDATTICA**

**METODI E SOLUZIONI ORGANIZZATIVE**

Attività individuali,lezioni frontali,uso del quaderno,letture

**CONTROLLO DEGLI APPRENDIMENTI**

Rilevazioni sistematiche,test e questionari per verificare le conoscenze acquisite