



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca



LICEO DI STATO CARLO RINALDINI

Liceo Classico – Musicale – Scienze Umane – Economico Sociale

Percorso formativo disciplinare
Disciplina: SCIENZE MOTORIE
CLASSE 2^A P LICEO ECONOMICO SOCIALE
Anno scolastico 2018/2019
Prof. Forni Marco

BISOGNI FORMATIVI	BISOGNI COGNITIVI
<ul style="list-style-type: none">✓ Autocontrollo (rispettare i tempi d'intervento, contenere la propria aggressività, ecc.)✓ Rispetto degli altri (lavoro di gruppo, creare un ambiente di lavoro favorevole allo svolgimento della lezione, ecc.)✓ Rispetto delle regole (arrivare puntuali in palestra, portare l'abbigliamento idoneo, rispettare i tempi della lezione e rispetto dell' ambiente scolastico interno ed esterno)✓ Rispetto delle norme igienico-sanitarie✓ Autostima (trovare soddisfazione nel lavoro scolastico)	<ul style="list-style-type: none">✓ Migliorare le qualità fisiche e neuromuscolari.✓ Rendere cosciente la propria corporeità.✓ Acquisire una cultura delle attività di moto e sportive.✓ Tendere a scoprire le attitudini personali nei confronti d'attività sportive.

OBIETTIVI FORMATIVI	
<ul style="list-style-type: none">✓ Frequenza attiva alle lezioni.✓ Portare l'abbigliamento idoneo.✓ Rispetto di se e degli altri.✓ Rispetto dell'ambiente scolastico.✓ Rispetto delle norme igienico-sanitarie.	<p>Lezione frontale.</p> <p>Definizione dei problemi di convivenza all'interno della palestra e definizione di un regolamento di comportamento da tenere in ambiente sportivo.</p> <p>Esercizi individuali, a coppie ed in gruppo.</p> <p>Giochi di squadra, regolamenti e arbitraggio.</p>

Via Canale, 1 - 60122 Ancona – Tel. +39 071 204723 - Fax 071 2072014

posta elettronica certificata anpc010006@pec.istruzione.it - posta elettronica ordinaria anpc010006@istruzione.it

sito Web <http://rinaldini.gov.it>



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca



LICEO DI STATO CARLO RINALDINI

Liceo Classico – Musicale – Scienze Umane – Economico Sociale

OBIETTIVI COGNITIVI che determinano l'accesso alla classe successiva:

- ✓ *Frequenza attiva alle lezioni (min. 80%) con possibilità di valutazione alternativa.*
- ✓ *Miglioramento delle capacità condizionali e coordinative, con test di verifica iniziali.*
- ✓ *Acquisizione globale delle basi di uno o più giochi di squadra svolti durante l'anno scolastico.*
- ✓ *Acquisizione delle basi di sport individuali.*

CONOSCENZE	COMPETENZE
<p><u>SETTEMBRE-OTTOBRE</u></p> <p>Conoscere in modo globale le proprie capacità condizionali attraverso test di efficienza fisica. 12 lezioni + VERIFICA</p>	<p>a) Corsa a navetta. b) Lancio frontale palla medica. c) Lancio dorsale palla medica d) Salto in lungo da fermo.</p>
<p><u>OTTOBRE-NOVEMBRE</u></p> <p>Teoria: Badminton 6 lezioni + VERIFICA SCRITTA</p>	<p>e) Conoscere le regole di gioco f) Conoscere i colpi fondamentali g) Conoscere le dimensioni del campo h) Visione filmati</p>
<p><u>DICEMBRE-GENNAIO</u></p> <p>Conoscere in modo globale i fondamentali della pallavolo ed il regolamento. 12 lezioni + VERIFICA</p>	<p>i) Palleggio frontale e bagher. j) Saper effettuare l'alzata e la schiacciata . k) Saper effettuare la battuta dall'alto. l) La ricezione</p>
<p><u>GENNAIO-FEBBRAIO</u></p> <p>Conoscere in modo globale i fondamentali del badminton ed applicazione del regolamento 12 lezioni + VERIFICA</p>	<p>m) Saper effettuare la battuta di dritto e rovescio. n) Colpi fondamentali in attacco: smash, drive, lop. o) Colpi fondamentali in difesa: clear, dritto e rovescio. p) Partita singolo e doppio.</p>
<p><u>MARZO-APRILE</u></p> <p>Teoria: Il Doping 10 lezioni + VERIFICA SCRITTA</p>	<p>q) How to fight doping r) W.A.D.A. and the W.A.D.A. code s) Always prohibited substances. t) Substances prohibited in competition.</p>
<p><u>MAGGIO</u></p> <p>Conoscere in modo globale alcuni elementi dell'Acrosport 6 lezioni + VERIFICA</p>	<p>a) Saper creare delle figure. b) Saper cooperare con gli altri compagni. c) Alcune semplici figure di acrobatica</p>

Via Canale, 1 - 60122 Ancona – Tel. +39 071 204723 - Fax 071 2072014

posta elettronica certificata anpc010006@pec.istruzione.it - posta elettronica ordinaria anpc010006@istruzione.it

sito Web <http://rinaldini.gov.it>



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca



LICEO DI STATO CARLO RINALDINI

Liceo Classico – Musicale – Scienze Umane – Economico Sociale

MODULI		
OBIET.	CONTENUTI	MODALITA' DI LAVORO
1.	Conoscenza efficienza muscolare.	Test di valutazione funzionale.
2.	Conoscenza teorica del badminton .	Lezione con materiale audiovisivo.
3.	Conoscenza e pratica della pallavolo.	Regole di gioco e fondamentali.
4.	Conoscenza e pratica del badminton.	Regole di gioco e fondamentali.
5.	Conoscenza teorica del Doping	Lezione con materiale audiovisivo.
	Conoscenza e pratica dell'Acrosport	Fondamentali e pratica

Ancona, 04 giugno 2019.

Il Docente

Prof. Marco Forni

Via Canale, 1 - 60122 Ancona – Tel. +39 071 204723 - Fax 071 2072014

posta elettronica certificata anpc010006@pec.istruzione.it - posta elettronica ordinaria anpc010006@istruzione.it

sito Web <http://rinaldini.gov.it>