Liceo Scientifico e Linguistico Statale "Innocenzo XII"
ANZIO (Roma)

Classe ***3 C*** *Materia* ***SCIENZE MOTORIE*** *Prof.* ***SPEZIA PAOLO***

A.S. 2018-2019

Programma svolto

Nel secondo biennio l'azione di consolidamento e di sviluppo delle conoscenze e delle abilità degli studenti è proseguita al fine di migliorare la loro formazione motoria e sportiva.
A questa età gli studenti, favoriti anche dalla completa maturazione delle aree cognitive frontali, hanno acquisito una sempre più ampia capacità di lavorare con senso critico e creativo, con la consapevolezza di essere attori di ogni esperienza corporea vissuta.

La percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive

La maggior padronanza di sé e l'ampliamento delle capacità coordinative, condizionali ed espressive hanno permesso agli studenti di realizzare movimenti complessi e di conoscere ed applicare alcune metodiche di allenamento tali da poter affrontare attività motorie e sportive di alto livello, supportate anche da approfondimenti culturali e tecnico-tattici.
Lo studente ha imparato a valutare le proprie capacità e prestazioni confrontandole con le appropriate tabelle di riferimento ed a svolgere attività di diversa durata e intensità, distinguendo le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica motoria e sportiva. Hanno sperimentato varie tecniche espressivo-comunicative in lavori individuali e di gruppo, che hanno portato a suscitare un'auto-riflessione ed un'analisi dell'esperienza vissuta.

Lo sport, le regole e il fair play

L'accresciuto livello delle prestazioni ha permesso agli allievi un maggiore coinvolgimento in ambito sportivo, nonché la partecipazione e l'organizzazione di competizioni della scuola nelle diverse specialità sportive o attività espressive, anche la pratica sportiva svolta al di fuori dell'ambito scolastico è diventata più consapevole.

Lo studente ha cooperato in equipe, utilizzando e valorizzando con la guida del docente le propensioni individuali e l'attitudine a ruoli definiti ha saputo osservare ed interpretare i fenomeni legati al mondo sportivo ed all'attività fisica; avendo questa conoscenza praticherà gli sport approfondendone la teoria, la tecnica e la tattica.

Salute, benessere, sicurezza e prevenzione

Ogni allievo ha saputo prendere coscienza della propria corporeità al fine di perseguire quotidianamente il proprio benessere individuale. E' stato in grado di adottare comportamenti idonei a prevenire infortuni nelle diverse attività, nel rispetto della propria e dell'altrui incolumità; sono state pertanto approfondito le conoscenze e le informazioni relative all'intervento di primo soccorso.

Relazione con l'ambiente naturale

Il rapporto con la natura è stato sviluppato attraverso attività che hanno permesso esperienze motorie ed organizzative di maggior difficoltà, stimolando il piacere di vivere esperienze diversificate, sia individualmente che nel gruppo. Le pratiche motorie e sportive sono state realizzate anche in ambiente naturale ovvero attraverso la settimana sportiva svolta in una località sciistica per la pratica dello sci , tutto questo ha costituito un'occasione fondamentale per orientarsi in contesti diversificati e per il recupero di un rapporto corretto con l'ambiente .

GLI STUDENTI

Il DOCENTE:
PROF. SPEZIA PAOLO

_____ _____

_____