

PROGRAMMAZIONE DIPARTIMENTO SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Anno scolastico 2025 - 2026

La programmazione didattica relativa all' a.s. 2025 - 2026 viene concordata dai docenti di Scienze Motorie e Sportive: Amorini Giuseppe, Anastasi Diego e Paternò Massimiliano riuniti in seduta dipartimentale nei locali del Liceo Classico "M. Rapisardi" di Paternò, stabilendone competenze ed obiettivi minimi da raggiungere nelle diverse classi, come di seguito riportati.

1° anno: Conoscenza della nomenclatura generica del corpo umano; conoscenza della terminologia specifica; conoscenza delle regole di base degli sport trattati.

La donna e lo sport. La prevenzione e l'assistenza durante lo svolgimento delle attività motorie.

La motricità e lo sviluppo psicomotorio.

Cenni sulla storia dell'archeologia del movimento.

L'attività pratica sarà proporzionata alle capacità motorie degli alunni ed alla disponibilità di spazi ed attrezzature messe a disposizione dalla scuola.

La valutazione sarà effettuata attraverso appropriati test di verifica pratica delle abilità motorie e valutazioni teoriche e/o scritte.

2° anno: introduzione allo studio dell'apparato locomotorio (ossa, articolazioni e muscoli).

Conoscenza dei principali fondamentali tecnici dei giochi di squadra e dei loro regolamenti scolastici.

Rielaborazione degli schemi motori di base.

La valutazione sarà effettuata attraverso appropriati test di verifica pratica delle abilità motorie e valutazioni teoriche e/o scritte.

3° anno: Studio dell'apparato cardio-circolatorio e respiratorio.

Potenziamento degli schemi motori di base.

Esercitazioni, a carico naturale, per l'incremento della forza, della velocità e della resistenza.

Approfondimento delle conoscenze sui fondamentali degli sport di squadra e di quelli individuali (alcune specialità dell'atletica leggera).

La valutazione sarà effettuata attraverso appropriati test di verifica pratica delle abilità motorie e valutazioni teoriche e/o scritte.

4° anno: Studio dell'apparato locomotore.

Il movimento e la salute fisica.

Educazione alimentare: cenni sui vari tipi di regime alimentare e sulle possibili patologie (bulimia, anoressia, obesità e diabete).

Esercizi per il potenziamento, a carico naturale e con piccoli attrezzi, della forza, della velocità e della resistenza.

Sviluppo della conoscenza degli sport di squadra attraverso situazioni di gioco.

La valutazione sarà effettuata attraverso appropriati test di verifica pratica delle abilità motorie e valutazioni teoriche e/o scritte.

5° anno: Studio dei principi di pronto soccorso e della normativa in fatto di sicurezza negli ambienti di lavoro.

Educazione alla salute: droga, alcool, fumo, doping e sostanze dopanti.

Il movimento e la salute fisica.

Cenni sul sistema nervoso centrale e periferico.

Esercizi per il potenziamento della forza, della velocità e della resistenza, nonché di mantenimento della mobilità articolare.

Saranno proposte situazioni di gioco per quanto riguarda gli sport di squadra praticati.

I ragazzi saranno sottoposti a prove di verifica teorica, pratica e/o scritta anche in funzione all'eventuale partecipazione agli esami di stato.

I Docenti

AMORINI Giuseppe, ANASTASI Diego, PATERNO' Massimiliano