

# **Programma disciplinare Scienze Motorie**

LIBRO DI RIFERIMENTO: Training 4 Life - Pajni – Lambertini – Editore: CLIO

## **PROGRAMMA PRIMA:**

Pallavolo, Pallacanestro(fondamentali)  
Sport a scelta a scelta del candidato  
Cenni di anatomia: apparato scheletrico

## **PROGRAMMA SECONDA:**

Pallavolo, Pallacanestro(fondamentali)  
Sport a scelta a scelta del candidato  
Cenni di anatomia: apparato scheletrico

## **PROGRAMMA TERZA:**

Calcio a 5 e sue regole  
Differenze tra il calcio a 11 e quello a 5  
Sport a scelta del candidato  
Cenni sull'apparato muscolare

## **PROGRAMMA QUARTA:**

Sport di racchetta, tennis (singolo e doppio)  
Tennis tavolo  
Badminton  
Sport a scelta di candidato  
Cenni sull'apparato muscolare

LIBRO DI RIFERIMENTO: Training 4 Life - Pajni - Lambertini – Editore: CLIO

## **PROGRAMMA QUINTA:**

Floorball e suo regolamento  
Dodgeball e suo regolamento  
Sport a scelta del candidato  
Cenni sull'apparato muscolare

## GRIGLIA VALUTAZIONE, RECUPERI/POTENZIAMENTI e VERIFICHE

VOTO	CRITERI
1	Si rifiuta di rispondere/ di svolgere l'esercizio
2	Nulla, scarse conoscenze degli argomenti/ di svolgere l'esercizio
3	Dimostra delle difficoltà durante l'esposizione, scarse conoscenze degli argomenti/ dell'esercitazione
4	Dimostra difficoltà durante l'esposizione, mediocri conoscenze degli argomenti/dell'esercitazione
5	Esposizione imprecisa sufficienti conoscenze degli argomenti/ svolgimento esercizio in modo impreciso
6	Riesce ad esprimersi con qualche imprecisione, sufficienti conoscenze degli argomenti/ svolge tutto l'esercizio con qualche imprecisione
7	Si esprime in modo corretto, discrete conoscenze degli argomenti/ esegue tutto l'esercizio in modo corretto
8	Si esprime in modo sicuro e fluido, conoscenze degli argomenti più che discrete/ esegue tutto l'esercizio in modo corretto, sicuro e fluido
9	Si esprime in modo sicuro e fluido, la conoscenza degli argomenti è buona/ esegue tutto l'esercizio utilizzando anche le capacità condizionali
10	Si esprime in modo sicuro e fluido, la conoscenza dagli argomenti è ottima/ esegue tutto l'esercizio apportando anche contributi personali

## GRIGLIA PROVE TEORICHE

OBIETTIVO	DESCRITTORE	INDICATORI DI LIVELLO	VOTO
Conoscenza dei contenuti specifici e relativi al contesto	conosce gli argomenti richiesti	<input type="checkbox"/> In modo gravemente lacunoso	4
		<input type="checkbox"/> In modo approssimativo e con alcune imprecisioni	5
		<input type="checkbox"/> In modo essenziale e complessivamente corretto	6
		<input type="checkbox"/> In modo complessivamente corretto con una terminologia specifica tecnica.	7
		<input type="checkbox"/> In modo completo ed esauriente sia di contenuti che nell'esposizione.	8
		<input type="checkbox"/> In modo approfondito e dettagliato con ricchezza lessicale e apportando esperienze personali	9/10