

DIPARTIMENTO DI Scienze Motorie	Anno scolastico 2021/2022	
PROGRAMMAZIONE di Scienze Motorie E DISCIPLINE SPORTIVE	Quinto anno	
<p><u>Nuclei fondanti disciplinari:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Percezione di sé, completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive 2. Sport, regole e fair-play 3. Salute, benessere, sicurezza e prevenzione 4. Relazione con ambiente naturale e tecnologico <p>*Educazione Civica</p>		
<p>Obiettivi minimi della disciplina da raggiungere: (scrivere solo quelli verificabili in termini di conoscenze e abilità)</p> <p>Conoscenze (punto1): teoria dell'allenamento, capacità condizionali e i loro metodi di allenamento Abilità: (punto1): utilizzare esercizi a carico adeguato per allenare una capacità condizionale specifica, saper organizzare percorsi e attività motoria con auto-valutazione</p> <p>Conoscenze (punto 2). : adottare stili comportamentali improntati al fair play, nell'attività sportivo, in situazioni di studio,di vita e di lavoro praticati, cogliere la dimensione etica, estetica e ambientale della pratica sportiva, cogliere l'importanza del linguaggio del corpo per colloqui di lavoro e per la comunicazione professionale</p> <p>Abilità (punto 2): assumere ruoli all'interno di un gruppo, assumere individualmente ruoli specifici in squadra in relazione alle proprie potenzialità</p> <p>Conoscenze (punto 3) : rischi di sedentarietà adottare un sano stile di vita, assumere comportamenti funzionali allo sviluppo della salute dinamica; le dipendenze; il doping</p> <p>Abilità (punto 3): adottare un sano stile di vita, assumere comportamenti funzionali allo sviluppo della salute dinamica</p> <p>Conoscenze (punto4) : norme di sicurezza nei vari ambienti interni ed esterni.</p> <p>Abilità (punto 4): adeguare abbigliamento e attrezzature alle diverse attività e alle condizioni meteo.</p>		
<p>MATERIALI, STRUMENTI DI LAVORO E SPAZI</p> <p>Palestra, campi all'aperto, pista atletica, materasso caduta salto in alto, fossa salto in lungo, piccoli attrezzi (funicelle, cerchi, ostacoli, con, palloni) Grandi attrezzi: spalliera, trampolino elastico, pedane, cavallina, parete per arrampicata sportiva, trave</p>		

NB. DURANTE L'EMERGENZA SANITARIA, VERRANNO RISPETTATE LE INDICAZIONI MINISTERIALI

PARTECIPAZIONE A PROGETTI DI ISTITUTO:

<p>PROGETTO: Giochi Sportivi Studenteschi e avviamento alla pratica sportiva</p> <p>COMPETENZE: Socializzazione, interazione all'interno del gruppo, rispetto delle regole e degli sport praticati, utilizzazione sana del proprio tempo al fine di migliorare il proprio stile di vita.</p>	<p>PERIODO: da Dicembre a Maggio In orario curricolare e extracurricolare</p>	<p>DISCIPLINE CONCORRENTI: corsa campestre, atletica su pista, pallavolo M/F, pallacanestro maschile, pallatamburello, calcio a 5 e a 11 M/F, tornei d'Istituto delle varie discipline elencate. Beach tennis, Badminton, Nuoto, Beach volley, Orienteering, Ultimate Fresbee</p>
<p>PROGETTO: A scuola di nuoto con esperti esterni</p> <p>COMPETENZE: padroneggiare i vari stili</p>	<p>PERIODO: all'arco dell'anno scolastico in orario curricolare presso la piscina comunale.</p>	<p>DISCIPLINE CONCORRENTI: Nuoto, pallanuoto e salvamento</p>
<p>PROGETTO: Divertiamoci con il Badminton con esperti esterni.</p> <p>COMPETENZE: padroneggiare i fondamentali individuali e di squadra del Badminton</p>	<p>PERIODO: nell'arco dell'anno scolastico in orario curricolare</p>	<p>DISCIPLINE CONCORRENTI: Badminton, tennis</p>
<p>PROGETTO: Attività in ambiente naturale "Viviamo la Natura"</p>	<p>PERIODO: nell'arco dell'anno scolastico Con partecipazione alle gare regionali e nazionali</p>	<p>DISCIPLINE CONCORRENTI: orienteering, trekking, kajak, vela</p>
<p>PROGETTO: Tennis</p> <p>Competenze: padroneggiare i fondamentali del tennis</p>	<p>PERIODO: nell'arco dell'anno scolastico in orario curricolare</p>	<p>DISCIPLINE CONCORRENTI : Tennis. Badminton</p>

METODOLOGIE DIDATTICHE:		
lezione frontale, flepped class room, peer tutoring lavoro di gruppo apprendimento cooperativo problem solving (apprendimento deduttivo) lavoro sperimentale relazioni approfondimento con esperti attività extracurricolari trattazioni pluridisciplinari costruzione di mappe concettuali		
VERIFICHE		
TIPOLOGIE	NUMERO DI PROVE	
	1 QUADRIMESTRE	2 QUADRIMESTRE
prova scritta (non strutturata e/o strutturata e/o semi-strutturata e/o test a risposta aperta o chiusa e/o vero/falso e/o test a completamento ...)		
Prova orale/ scritto	1	1
Prova pratica	Minimo 2	Minimo2
Relazioni		
Simulazione d'esame		Solo se materia d'esame
Prove comuni per classi parallele (verifica delle competenze)		
Eventuali prodotti finali (cartelloni, filmati, power point etc.		
Valutazione dei quaderni e degli esercizi		

DEFINIZIONE DEI CRITERI GENERALI DI VALUTAZIONE (GRIGLIA PER L'ORALE)

VOTO	CONOSCENZE, ABILITA', COMPETENZE
1-2	Mancanza dei pur minimi indicatori o consegna del foglio in bianco
3	Possiede scarsissime informazioni e non conosce il linguaggio specifico della materia
4	Possiede informazioni scarse , superficiali e lacunose. Linguaggio non adeguato
5	Possiede conoscenze e competenze superficiali e non utilizza il linguaggio specifico in modo appropriato
6	Conosce concetti ed informazioni essenziali e generali. Utilizza un linguaggio sostanzialmente corretto
7	Dimostra conoscenze non limitate ai concetti fondamentali che esprime in modo preciso con linguaggio chiaro ed appropriato
8	Possiede buone conoscenze che espone organizzando un discorso organico con linguaggio ricco e variato
9	Possiede più che discrete conoscenze e ha interiorizzato gli aspetti chiave della disciplina
10	Possiede più che ottime conoscenze interiorizzando in modo proficuo gli aspetti chiave della disciplina

VOTO	GRIGLIA DI VALUTAZIONE – attività pratica
1- 2	Mancanza di pur minimi indicatori per rifiuto ad eseguire attività proposte.
3- 4	Conoscenze molto scarse degli argomenti con impegno nullo e partecipazione del tutto inadeguata
5	Non riconoscere del tutto la richiesta e non sa adeguare le risposte motorie. Impegno e partecipazione discontinui
6	Comprende le richieste essenziali e risponde con gesti motori complessivamente corretti. Impegno e partecipazione generalmente costanti.
7	Riconosce correttamente le richieste e sa adeguare in modo pertinente il gesto motorio. Impegno e partecipazione costanti
8	Riconosce e comprende velocemente le richieste ed elabora risposte motorie adeguate e personali in quasi tutte le attività proposte. Impegno e partecipazione costanti
9	Capacità ed autonomia nella comprensione di quanto richiesto, controlla il proprio corpo adeguando il gesto motorio a stimoli e situazioni variate Impegno e partecipazione costanti, attivi e propositivi
10	Possiede ottime qualità motorie che utilizza in tutte le attività proposte evidenziando completa autonomia nel gestirle e riconoscerle. Impegno e partecipazione brillanti. Costituisce esempio e stimolo per tutta la classe