

DIPARTIMENTO DI	Anno scolastico 2021/2022			
PROGRAMMAZIONE DI SCIENZE MOTORIE e DISCIPLINE SPORTIVE	Classi Secondo Biennio			
<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><u>Obiettivi della disciplina da raggiungere: (scrivere solo quelli verificabili in termini di conoscenze e abilità)</u></p>				
<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td data-bbox="152 834 2072 1018"> <p><u>Conoscenze (punto 1):</u> conoscere il proprio corpo (muscoli e la loro azione) e l'educazione posturale, ampliare capacità coordinative e condizionali (forza e diversi regimi di contrazione muscolare, principio dell'allenamento) Abilità: (punto1) eseguire in percorso o circuito esercizi di potenziamento, velocità flessibilità e resistenza per migliorare i propri livelli di prestazione.</p> </td> </tr> <tr> <td data-bbox="152 1018 2072 1230"> <p><u>Obiettivi minimi della disciplina da raggiungere: (scrivere solo quelli verificabili in termini di conoscenze e abilità)</u> <u>Conoscenze: (punto1)</u>muscoli e la loro azione,forza e diversi regimi di contrazione muscolare, principi dell'allenamento Abilità: (punto1) eseguire in percorso o circuito esercizi di potenziamento, velocità flessibilità e resistenza per migliorare i propri livelli di prestazione.</p> </td> </tr> <tr> <td data-bbox="152 1230 2072 1430"> <p><u>Conoscenza:(punto 2)</u> elementi tecno tattici relativi agli sport individuali e di squadra e il loro aspetto educativo e sociale. Abilità (punto 2) : assumere ruoli all'interno del gruppo in relazione alle proprie capacità individuali, collaborare nell'organizzazione dell'attività sportiva Conoscenze (punto3): conoscenza del concetto di salute dinamica</p> </td> </tr> </table>		<p><u>Conoscenze (punto 1):</u> conoscere il proprio corpo (muscoli e la loro azione) e l'educazione posturale, ampliare capacità coordinative e condizionali (forza e diversi regimi di contrazione muscolare, principio dell'allenamento) Abilità: (punto1) eseguire in percorso o circuito esercizi di potenziamento, velocità flessibilità e resistenza per migliorare i propri livelli di prestazione.</p>	<p><u>Obiettivi minimi della disciplina da raggiungere: (scrivere solo quelli verificabili in termini di conoscenze e abilità)</u> <u>Conoscenze: (punto1)</u>muscoli e la loro azione,forza e diversi regimi di contrazione muscolare, principi dell'allenamento Abilità: (punto1) eseguire in percorso o circuito esercizi di potenziamento, velocità flessibilità e resistenza per migliorare i propri livelli di prestazione.</p>	<p><u>Conoscenza:(punto 2)</u> elementi tecno tattici relativi agli sport individuali e di squadra e il loro aspetto educativo e sociale. Abilità (punto 2) : assumere ruoli all'interno del gruppo in relazione alle proprie capacità individuali, collaborare nell'organizzazione dell'attività sportiva Conoscenze (punto3): conoscenza del concetto di salute dinamica</p>
<p><u>Conoscenze (punto 1):</u> conoscere il proprio corpo (muscoli e la loro azione) e l'educazione posturale, ampliare capacità coordinative e condizionali (forza e diversi regimi di contrazione muscolare, principio dell'allenamento) Abilità: (punto1) eseguire in percorso o circuito esercizi di potenziamento, velocità flessibilità e resistenza per migliorare i propri livelli di prestazione.</p>				
<p><u>Obiettivi minimi della disciplina da raggiungere: (scrivere solo quelli verificabili in termini di conoscenze e abilità)</u> <u>Conoscenze: (punto1)</u>muscoli e la loro azione,forza e diversi regimi di contrazione muscolare, principi dell'allenamento Abilità: (punto1) eseguire in percorso o circuito esercizi di potenziamento, velocità flessibilità e resistenza per migliorare i propri livelli di prestazione.</p>				
<p><u>Conoscenza:(punto 2)</u> elementi tecno tattici relativi agli sport individuali e di squadra e il loro aspetto educativo e sociale. Abilità (punto 2) : assumere ruoli all'interno del gruppo in relazione alle proprie capacità individuali, collaborare nell'organizzazione dell'attività sportiva Conoscenze (punto3): conoscenza del concetto di salute dinamica</p>				

Abilità (punto 3): assumere comportamenti finalizzati al miglioramento della salute

Conoscenze (punto4) : conoscere le caratteristiche delle attrezzature necessarie alla pratica delle attività sportive

Abilità (punto4): scegliere consapevolmente e gestire l'attrezzatura necessaria per praticare attività sportiva

Competenze in uscita: (DM 139 del 22 agosto 2007 per il primo biennio e Indicazioni Nazionali per i percorsi liceali di cui al DPR N.89 del 15 marzo 2010): comporre un elenco numerato cui fare riferimento nella tabella seguen

MATERIALI, STRUMENTI DI LAVORO E SPAZI

Palestra, campi all'aperto, pista di atletica, materasso caduta salto in alto, fossa salto in lungo, piccoli attrezzi (funicelle, cerchi, ostacoli, coni, palloni)

Grandi attrezzi: spalliera, trampolino elastico, pedane, cavallina, parete per arrampicata sportiva, trave

note: Per quanto riguarda le classi del Liceo Scientifico Sportivo sia in Scienze Motorie che Discipline Sportive)si rimanda alle programmazioni individuali dei singoli docenti

DURANTE L'EMERGENZA SANITARIA, VERRANNO RISPETTATE LE INDICAZIONI MINISTERIALI

PARTECIPAZIONE A PROGETTI DI ISTITUTO:

<p>PROGETTO:</p> <p>Giochi Sportivi Studenteschi e avviamento alla pratica sportiva</p> <p>COMPETENZE E ABILITÀ 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 giugno In orario curricolare e extracurricolare</p>	<p>DISCIPLINE CONCORRENTI: corsa campestre, atletica su pista, pallavolo M/F, pallacanestro maschile e femminile, pallatamburello, calcio a 5 M/F, calcio a 11, tornei d'Istituto delle varie discipline elencate. Beach tennis, Badminton, Nuoto, Beach volley, Orienteering, tennis, Ultimate Fresbee</p> <p>CONOSCENZE: conoscere le regole degli sport praticati e le regole di un corretto stile di vita</p>
<p>PROGETTO: A scuola di nuoto con esperti esterni</p> <p>COMPETENZE: padroneggiare i vari stili</p>	<p>PERIODO: da gennaio a maggio 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</p>	<p>DISCIPLINE CONCORRENTI: Badminton, tennis</p>
<p>PROGETTO: A scuola di Tennis con esperti esterni</p> <p>COMPETENZE: padroneggiare i fondamentali del Tennis.</p>	<p>PERIODO: nell'arco dell'anno scolastico</p>	<p>DISCIPLINE CONCORRENTI: Tennis, badminton</p>

PROGETTO: Attività in ambiente naturale “Viviamo la Natura”	PERIODO: nell’arco dell’anno scolastico Con partecipazione alle gare regionali e nazionali	DISCIPLINE CONCORRENTI: orienteering, trekking, kajak, vela	
PROGETTO STAFOLISS: esclusivo per lo Scientifico ad indirizzo Sportivo Competenze: favorire la socializzazione e il lavoro di gruppo e la solidarietà. Attività in ambiente naturale	PERIODO: 26/30 SETTEMBRE		
METODOLOGIE DIDATTICHE: (cancellare ciò che non interessa)			
lezione frontale cooperative learning, flipped class room, peer tutoring problem solving (apprendimento deduttivo) lavoro sperimentale relazioni approfondimento con esperti			
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	Minimo 1	Minimo 1	
Prova pratica	Minimo 2	Minimo2	
Relazioni			
Simulazione 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	<p>Mancanza dei pur minimi indicatori</p> <p>Non possiede le capacità di base Non riesce a esprimere nessun concetto</p>		
3	<p>Possiede carenti informazioni e non conosce il linguaggio specifico della materia Non usa le informazioni e non utilizza nessun linguaggio specifico</p>		
4	<p>Possiede informazioni scarse , superficiali e lacunose. Linguaggio non adeguato</p>		
5	<p>Possiede conoscenze e competenze superficiali e non utilizza il linguaggio specifico in modo appropriato</p>		
6	<p>Conosce concetti ed informazioni essenziali e generali. Utilizza un linguaggio sostanzialmente corretto</p>		
7	<p>Dimostra conoscenze non limitate ai concetti fondamentali che esprime in modo preciso con linguaggio chiaro ed appropriato</p>		
8	<p>Possiede buone conoscenze che espone organizzando un discorso organico con linguaggio ricco e variato</p>		
9	<p>Possiede più che discrete conoscenze e ha interiorizzato gli aspetti chiave della disciplina</p>		
10	<p>Possiede più che ottime conoscenze interiorizzando in modo proficuo gli aspetti chiave della disciplina</p>		

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