



ISTITUTO D'ISTRUZIONE SUPERIORE "L. NOSTRO/L.REPACI"

Via Riviera, 10 – 89018 – Villa S. Giovanni (RC)
COD. MECC. RCIS03600Q - COD. FISC. 92081520808

con sedi associate :

Liceo "L. Nostro"-RCPM036017 - I.T.E. "L. Repaci"- RCTD036012
TEL. 0965/795349 - e-mail rcis03600q@istruzione.it - www.nostrorepaci.gov.it

PROGRAMMAZIONE INDIVIDUALE

Anno Scolastico 2020/2021

ITE REPACI

MATERIA: SCIENZE MOTORIE

CLASSE3 A ITE

PROF LAPELLA LEANDRO

Data presentazione:30/10/2020

PREREQUISITI DI ACCESSO AL PROGRAMMA DI SCIENZE MOTORIE DELLA CLASSE3 A ITE

Efficienza e funzionalità di organi ed apparati; buona padronanza delle capacità motorie; apprezzabile consapevolezza delle corrette abitudini per il conseguimento di un migliore stile di vita.

LIVELLI DI APPRENDIMENTO RILEVATI IN INGRESSO

E' stata somministrato un questionario per la valutazione della conoscenza degli argomenti svolti negli anni passati, propedeutici alle conoscenze da acquisire nel corrente anno scolastico.

Dai risultati si può evincere che quasi tutti gli allievi sono in possesso di adeguati prerequisiti di base necessari per poter affrontare il percorso formativo della classe quinta, anche se un buon gruppo ha evidenziato delle buone capacità conoscenze, frutto principalmente di un'adeguati approfondimenti pregressi.

| ASSE SCIENTIFICO-TECNOLOGICO | CONOSCENZE | ABILITÀ | COMPETENZE |
|------------------------------|---|--|---|
| Scienze motorie e sportive | Valutazione motoria. Cenni sulle capacità motorie; Cenni sul regolamento dei principali sport di squadra. | . Dimostrare di capire ed eseguire in forma sufficientemente corretta le attività di valutazione richieste | Riconoscere alcune delle principali regole di alcuni sport di squadra; Essere in grado di riconoscere la capacità motoria corrispondente in funzione dell'attività proposta |

| DISCIPLINA | LIVELLO ESSENZIALE | LIVELLO SODDISFACENTE | LIVELLO BUONO | LIVELLO ECCELLENTE |
|-----------------|--------------------|-----------------------|---------------|--------------------|
| | N. Alunni | N. Alunni | N. Alunni | N. Alunni |
| SCIENZE MOTORIE | 5 | 10 | 7 | 1 |

LEGENDA LIVELLI

LIVELLO ESSENZIALE 1.

La competenza è acquisita in modo essenziale: l'alunno esegue compiti in forma guidata e dimostra una basilare consapevolezza delle conoscenze.

Ovvero quando l'allievo raggiunge dal 50% al 65% degli esiti previsti nell'asse culturale di riferimento.

LIVELLO SODDISFACENTE 2.

La competenza è acquisita in modo soddisfacente: l'alunno esegue compiti in modo autonomo, con discreta consapevolezza e padronanza delle conoscenze.

Ovvero quando l'allievo raggiunge dal 66% all'80% degli esiti previsti nell'asse culturale di riferimento.

LIVELLO BUONO 3.

La competenza è acquisita in modo completo: l'alunno esegue compiti in modo autonomo e responsabile con buona consapevolezza e padronanza delle conoscenze.

Ovvero quando l'allievo raggiunge dall'81% al 90% degli esiti previsti.

LIVELLO ECCELLENTE 4.

La competenza è acquisita in ampi contesti in modo eccellente: l'alunno esegue compiti in modo autonomo e responsabile con una ottima consapevolezza e padronanza delle conoscenze.

Ovvero quando l'allievo supera il 91% degli esiti previsti nell'asse culturale di riferimento.

| Obiettivi specifici di apprendimento anche con l'utilizzo trasversale delle Competenze Chiave di Cittadinanza: | Competenze Attese |
|---|--|
| <p>Imparare ad imparare Disporsi in atteggiamento ricettivo ed utilizzare correttamente gli strumenti didattici, percorrendo consapevolmente le fasi del processo di apprendimento</p> <p>Progettare Elaborare e realizzare progetti utilizzando le conoscenze apprese</p> <p>Comunicare Comprendere messaggi di genere diverso e di complessità diversa, trasmessi utilizzando linguaggi diversi attraverso supporti cartacei, informatici e multimediali</p> <p>Collaborare e partecipare Disporsi in atteggiamento collaborativo verso l'interlocutore, comprendendo i diversi punti di vista e contribuendo all'apprendimento comune</p> <p>Agire in modo autonomo e responsabile Sapersi inserire in modo attivo e consapevole nella vita sociale, riconoscendo limiti e responsabilità e rispettando le regole</p> <p>Risolvere problemi Utilizzare gli strumenti culturali di cui si è in possesso al fine di orientarsi in una situazione problematica</p> <p>Individuare collegamenti e relazioni Saper operare collegamenti tra argomenti diversi e cogliere analogie e differenze in testi tra loro distanti</p> <p>Acquisire e interpretare l'informazione Comprendere il significato e lo scopo dei testi, individuare le informazioni e distinguerle dalle opinioni, cogliere i caratteri specifici dei testi letterari e formulare una semplice, ma consapevole interpretazione.</p> | <p>Imparare ad eseguire movimenti corretti in funzione dello spazio, del tempo, dei compagni e degli avversari</p> <p>Saper organizzare autonomamente un'attività all'interno dell'ora di lezione</p> <p>Utilizzare i linguaggi specifici e non per interagire con i compagni e con l'insegnante</p> <p>Riuscire a collaborare con i compagni di squadra del momento per la realizzazione di un obiettivo comune</p> <p>Saper adottare comportamenti idonei al fine di prevenire situazioni di pericolo per la propria ed altrui incolumità durante le lezioni pratiche</p> <p>Riuscire ad attuare corretti comportamenti motori per risolvere problemi di gioco</p> <p>Riuscire ad individuare una tipologia di capacità motoria e relazionarla con altri tipi di attività</p> <p>Acquisire ed elaborare attraverso reazioni motorie gli stimoli provenienti dai propri recettori</p> |

Livello di apprendimento da raggiungere al termine del percorso didattico-formativo della terza Classe

| DISCIPLINA | CONOSCENZE | ABILITÀ | COMPETENZE |
|-------------------|---|---|---|
| | Conoscere il movimento e le sue caratteristiche; Conoscere i principali sport scolastici e non, singoli e di squadra; conoscere le basi fisiologiche del movimento, le sue | Essere in grado di eseguire azioni motorie semplici in modo consapevole e corretto, conoscendone le peculiarità; Essere in grado di distinguere una capacità motoria da un'altra con | Saper rispettare e valorizzare e il proprio corpo attraverso una sana e regolare attività motoria ed assumere |

| | | | |
|----------------------------------|---|--|---|
| SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE | peculiarità e la sua classificazione; Conoscere come alimentarsi quando si prepara una competizione. | particolare riferimento alle capacità coordinative. Saper elaborare una corretta dieta sportiva. | comportamenti equilibrati per un corretto stile di vita |
| | <p style="text-align: center;">Obiettivi minimi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Raggiungimento di un adeguato livello di acquisizione delle capacità motorie; <ul style="list-style-type: none"> • Conoscere sufficientemente i contenuti disciplinari • Esprimersi con linguaggio specifico essenziale ma corretto | | |

Articolazione della Programmazione Disciplinare

| FASE | Obiettivi di apprendimento | CONTENUTI |
|---------------------------------------|---|---|
| 1[^] QUADRIMESTRE | <ul style="list-style-type: none"> - Conoscere la classificazione delle capacità motorie. - Conoscere le capacità coordinative, come poterle migliorare per applicarle adeguatamente durante le attività pratiche. - Conoscere le regole, i fondamentali di gioco e i principali gesti arbitrari dell'attività sportiva praticata. - Conoscere i comportamenti da adottare durante le attività di trekking e la classificazione degli itinerari. - Conoscere i principali movimenti del corpo umano e saperli eseguire in funzione della conoscenza della terminologia acquisita | <p>CAPACITÀ E ABILITÀ COORDINATIVE Capacità coordinative:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ introduzione, ❖ apprendimento e controllo motorio, ❖ la coordinazione, ❖ attività motorie finalizzate. <p>SPORT, REGOLE E FAIR PLAY - <u>Sport individuali</u>:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ l'Atletica leggera: le Corse, ❖ il Tennistavolo. <p>ATTIVITÀ IN AMBIENTE NATURALE - Fare sport all'aria aperta:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ il trekking. <p>- Attività pratiche finalizzate allo sviluppo e al consolidamento delle capacità psico-motorie, praticate nel rispetto delle normative vigenti sul COVID-19.</p> |
| 2[^] QUADRIMESTRE | <ul style="list-style-type: none"> - Conoscere le regole, i fondamentali di gioco e i principali gesti arbitrari dell'attività sportiva praticata. - Conoscere le metodologie alternative alla ginnastica tradizionale per migliorare il proprio controllo corporeo. - Conoscere i principali comportamenti da assumere per prevenire infortuni nelle diverse attività. - Conoscere le forme di primo soccorso e come trattare i traumi più comuni e quelli derivanti dalla pratica sportiva. | <p>SPORT, REGOLE E FAIR PLAY - Sport di squadra:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ la Pallamano. <p>SALUTE E BENESSERE - L'attività fisica:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ la ginnastica dolce, ❖ la respirazione, ❖ il rilassamento, ❖ lo Yoga, |

| | | |
|--|---|---|
| | <p>- Conoscere i principali movimenti del corpo umano e saperli eseguire in funzione della conoscenza della terminologia acquisita.</p> | <p>❖ il metodo Pilates.</p> <p>SICUREZZA E PREVENZIONE</p> <p>- Sicurezza in montagna. - Il primo soccorso.</p> <p>- Attività pratiche finalizzate allo sviluppo e al consolidamento delle capacità psico-motorie, praticate nel rispetto delle normative vigenti sul COVID-19.</p> |
|--|---|---|

| NUCLEI | TEMATICHE | COMPETENZE RIFERITE AL PECUP (ALL C - LINEE GUIDA 23/06/2020) | CONOSCENZE/ABILITA' | Ore |
|----------------------------|---|--|--|-----|
| SVILUPPO SOSTENIBILE | EDUCAZIONE AMBIENTALE Sviluppo ecosostenibile ed economia circolare | Rispettare l'ambiente, curarlo, conservarlo, migliorarlo, assumendo il principio di responsabilità. | Conoscere le problematiche relative alla situazione ambientale e conoscere i rimedi che la comunità mondiale sta attuando per risolverle. | 2 |
| Totale ore 2 | | | | |
| ATTIVITA' | Convegni –dibattiti; DID; Vision film e documentari; produzione, fruizione e scambio; Lettura critica dei quotidiani; ricerca sul WEB; partecipazione a Giornate nazionali e internazionali; partecipazione a progetti e concorsi; visite guidate; visite virtuali; esperienze extra scolastiche. | | | |
| STRATEGIE METODOLOGICHE | Didattica attiva e laboratoriale, Cooperative learning, Flippedclassroom, Problem solving | | | |

PERCORSO INTERDISCIPLINARE

TITOLO: COMUNICAZIONE E LINGUAGGIO DEL CORPO

Prerequisiti: conoscere i concetti di comunicazione verbale e non verbale

| Obiettivi di Apprendimento | Contenuti disciplinari | Strategie Metodologiche |
|--|---|-------------------------|
| Conoscere e saper riconoscere la mimica corporea (linguaggio non verbale) La comunicazione in ambito sportivo | La comunicazione La comunicazione nello sport Il linguaggio del corpo | Lezione frontale |

PERCORSO INTERDISCIPLINARE

| TITOLO: LA TECNOLOGIA NELLO SPORT | | |
|--|--|--------------------------------|
| Prerequisiti: i regolamenti sportivi | | |
| | | |
| Obiettivi di Apprendimento | Contenuti disciplinari | Strategie Metodologiche |
| Conoscere le innovazioni tecnologiche in ambito sportivo | Strumenti digitali in ambito sportivo Tecnologia e metodologia dell'allenamento | Lezione frontale |

| METODOLOGIA - STRUMENTI - VERIFICA - SOSTEGNO E /O RECUPERO | | | | | | | |
|--|---|----------------------|---|--|---|---|---|
| Metodologia | | Strumenti | | Modalità di Verifica | | Modalità Sostegno e/o Recupero | |
| Lezione Frontale | X | Libro di testo | X | Interrogazione orale | X | Intervento personalizzato/ individualizzato | X |
| Cooperative Learning | X | Lavagna luminosa | | Verifica scritta | | Lavoro autonomo | |
| Role Playing | | Audiovisivi | | Prove strutturate e/o semi-strutturate | X | Sportello metodologico-didattico | |
| Problem Solving/Posing | X | Dispense | | Compiti a casa | | Ricerca-azione | |
| Lezione Interattiva e Partecipata | X | Laboratorio | | Ricerche e/o tesine | | Questionari | X |
| Didattica per Progetti | | Riviste scientifiche | | Brevi interventi | X | Recupero per piccoli gruppi | |
| Didattica Laboratoriale | | LIM | X | Test | | | |
| ClassRoomDebate | | Piattaforma Gsuite | X | Questionari | X | | |
| FlippedClassroom | | | | Project Work | | | |

| Verifiche in relazione agli obiettivi in itinere | Verifiche sommative n.8 | I quadrimestre | II quadrimestre |
|---|--------------------------------|-----------------------|------------------------|
|---|--------------------------------|-----------------------|------------------------|

| | | | |
|--|----------|----------|----------|
| <u>Tipologia C:</u> quesiti a risposta multipla, vero/falso | 2 | 1 | 1 |
| Prove strutturate o orali: riassunto, relazione | 2 | 1 | 1 |
| Attività pratiche | 4 | 2 | 2 |

| RECUPERO | | | |
|---------------------|---------------|--|--|
| Fase | Durata | Obiettivi minimi di apprendimento | Contenuti |
| QUADRIMESTRE | in itinere | Raggiungere un sufficiente livello di acquisizione delle capacità motorie e possedere gli essenziali elementi del linguaggio specifico | In relazione alla varietà delle lacune registrate, verranno proposti all'allievo i contenuti ritenuti essenziali per il recupero delle lacune evidenziate. |
| QUADRIMESTRE | in itinere | Raggiungere un sufficiente livello di acquisizione delle capacità motorie e possedere gli essenziali elementi del linguaggio specifico | In relazione alla varietà delle lacune registrate, verranno proposti all'allievo i contenuti ritenuti essenziali per il recupero delle lacune evidenziate |

| Criteri di valutazione | |
|---|--|
| Criteri di valutazione prove scritte/orali/pratiche | Le prove pratiche saranno valutate in termini di interesse, partecipazione, impegno e capacità di applicazione dimostrati durante le lezioni, oltre che per i progressi nelle capacità motorie rilevati in ogni singolo allievo Per la parte teorica saranno somministrati questionari con domande con tipologia vero/falso e/o a risposta multipla e/o verifiche orali, o valutate attività di ricerca o approfondimento. N.B. Per qualsiasi evenienza le verifiche pratiche saranno sostituite da quelle teoriche. |
| Criteri di Valutazione del Comportamento | Saranno considerati la frequenza e la puntualità; eventuali provvedimenti disciplinari; il rispetto delle regole, delle persone, delle cose e dell'ambiente scolastico; la partecipazione. |
| Criteri di valutazione quadrimestrale e finale | Saranno valutati la conoscenza dei contenuti, la capacità di applicazione anche nelle lezioni pratiche, l'impegno, l'interesse e la partecipazione. |

Il Docente

Prof Latella Leandro
