



## **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](mailto:rcis03600q@istruzione.it) - [www.nostrorepaci.gov.it](http://www.nostrorepaci.gov.it)

### **PROGRAMMAZIONE INDIVIDUALE**

**Anno Scolastico 2020/2021**

**ITE REPACI**

**MATERIA: SCIENZE MOTORIE**

**CLASSE4 A ITE**

**PROF LATELLA LEANDRO**

Data presentazione:30/10/2020

## PREREQUISITI DI ACCESSO AL PROGRAMMA DI SCIENZE MOTORIE DELLA CLASSE4 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	2	7	6	0

### 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.

<b>Obiettivi specifici di apprendimento anche con l'utilizzo trasversale delle Competenze Chiave di Cittadinanza:</b>	<b>Competenze Attese</b>
<p><b>Imparare ad imparare</b>            Disporsi in atteggiamento ricettivo ed utilizzare correttamente gli strumenti didattici, percorrendo consapevolmente le fasi del processo di apprendimento</p> <p><b>Progettare</b>            Elaborare e realizzare progetti utilizzando le conoscenze apprese</p> <p><b>Comunicare</b>            Comprendere messaggi di genere diverso e di complessità diversa, trasmessi utilizzando linguaggi diversi attraverso supporti cartacei, informatici e multimediali</p> <p><b>Collaborare e partecipare</b>            Disporsi in atteggiamento collaborativo verso l'interlocutore, comprendendo i diversi punti di vista e contribuendo all'apprendimento comune</p> <p><b>Agire in modo autonomo e responsabile</b>            Sapersi inserire in modo attivo e consapevole nella vita sociale, riconoscendo limiti e responsabilità e rispettando le regole</p> <p><b>Risolvere problemi</b>            Utilizzare gli strumenti culturali di cui si è in possesso al fine di orientarsi in una situazione problematica</p> <p><b>Individuare collegamenti e relazioni</b>            Saper operare collegamenti tra argomenti diversi e cogliere analogie e differenze in testi tra loro distanti</p> <p><b>Acquisire e interpretare l'informazione</b>            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 quarta 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"> <li>• Raggiungimento di un adeguato livello di acquisizione delle capacità motorie; <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere sufficientemente i contenuti disciplinari</li> <li>• Esprimersi con linguaggio specifico essenziale ma corretto</li> </ul> </li> </ul>		

### Articolazione della Programmazione Disciplinare

FASE	Obiettivi di apprendimento	CONTENUTI
<b>1<sup>^</sup> QUADRIMESTRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere le caratteristiche e le principali metodologie dell'allenamento sportivo.</li> <li>- Conoscere le regole, i fondamentali di gioco e i principali gesti arbitrari dell'attività sportiva praticata.</li> <li>- Conoscere i principi nutritivi che supportano una sana alimentazione.</li> <li>- Conoscere e distinguere le varie capacità motorie che caratterizzano il movimento.</li> </ul>	<p><b>CAPACITÀ CONDIZIONALI E ALLENAMENTO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Le capacità condizionali: <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ introduzione,</li> <li>❖ l'allenamento sportivo.</li> </ul> </li> </ul> <p><b>SPORT, REGOLE E FAIR PLAY</b></p> <p><u>- Sport di squadra:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ l'Unihockey.</li> </ul> <p><b>SALUTE E BENESSERE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Una sana alimentazione:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ gli alimenti nutrienti,</li> <li>❖ il fabbisogno: energetico, plastico, bioregolatore e idrico,</li> <li>❖ il metabolismo energetico,</li> <li>❖ la composizione corporea,</li> <li>❖ una dieta equilibrata,</li> <li>❖ l'alimentazione e lo sport.</li> </ul> </li> </ul> <p><b>ATTIVITÀ IN AMBIENTE NATURALE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fare sport all'aria aperta: <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ l'Arrampicata sportiva.</li> </ul> </li> <li>- Attività pratiche finalizzate allo sviluppo e al consolidamento delle capacità psico-motorie, praticate nel rispetto delle normative vigenti sul COVID-19.</li> </ul>
<b>2<sup>^</sup> QUADRIMESTRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere le principali metodologie di allenamento per il miglioramento delle capacità condizionali.</li> <li>- Conoscere i principali attrezzi utilizzati nelle attività sportive praticate.</li> <li>- Conoscere i principali atteggiamenti comunicativi del nostro corpo.</li> <li>-Conoscere i principali movimenti del corpo umano e saperli eseguire in funzione della conoscenza della terminologia acquisita</li> </ul>	<p><b>CAPACITÀ CONDIZIONALI E ALLENAMENTO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Le capacità condizionali: <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Forza</li> <li>❖ Velocità</li> <li>❖ Resistenza</li> <li>❖ Flessibilità.</li> </ul> </li> </ul> <p><b>SPORT, REGOLE E FAIR PLAY</b></p> <p><u>- Sport individuali:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ l'Atletica leggera: i salti.</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ La Ginnastica.</li> </ul> <p><b>CAPACITÀ E ABILITÀ ESPRESSIVE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Il linguaggio del corpo.</li> </ul> <p>- Attività pratiche finalizzate allo sviluppo e al consolidamento delle capacità psico-motorie, praticate nel rispetto delle normative vigenti sul COVID-19.</p>
--	--	---

### PERCORSO INTERDISCIPLINARE: QUESTIONE SOCIALE E SVILUPPO ECONOMICO

#### TITOLO: AGENDA 2030

**Prerequisiti:** conoscere le problematiche ambientali

Obiettivi di Apprendimento	Contenuti disciplinari	Strategie Metodologiche
Conoscere l'Agenda 2030 Saper attuare strategie utili a raggiungere gli obiettivi prefissati dall'agenda 2030	Agenda 2030 Sport e società	Lezione frontale

### PERCORSO INTERDISCIPLINARE: ETICA ED ECONOMIA

#### TITOLO: IL DOPING

**Prerequisiti:** i principi di lealtà sportiva

Obiettivi di Apprendimento	Contenuti disciplinari	Strategie Metodologiche
Conoscere le sostanze vietate in ambito sportivo e i loro effetti	La WADA Le sostanze vietate Il doping nello sport	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			
ClassRoom Debate		Piattaforma Gsuite	X	Questionari	X		
Flipped Classroom				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	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
Prove strutturate o orali: riassunto, relazione	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
Attività pratiche	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>

**RECUPERO**

<b>Fase</b>	<b>Durata</b>	<b>Obiettivi minimi di apprendimento</b>	<b>Contenuti</b>
<b>QUADRIMESTRE</b>	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.
<b>QUADRIMESTRE</b>	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

<b>Criteri di valutazione</b>	
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

---