



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

LICEO SCIENTIFICO

MATERIA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

CLASSE 5[^] SEZ. H

PROF SANTI GIUSEPPE LA FAUCI

Data presentazione: 30 OTTOBRE 2020

PREREQUISITI DI ACCESSO AL PROGRAMMA DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE DELLA CLASSE 5[^]

LIVELLI DI APPRENDIMENTO RILEVATI IN INGRESSO

ASSE SCIENTIFICO TECNOLOGICO	CONOSCENZE	ABILITÀ	COMPETENZE
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE	<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere le caratteristiche e le principali metodologie dell'allenamento sportivo. - conoscere le regole, i fondamentali di gioco e i principali gesti arbitrari dell'attività sportiva praticata. - conoscere i principi nutritivi che supportano una sana alimentazione. - conoscere e distinguere le varie capacità motorie che regolano il movimento. - Conoscere le principali metodologie di allenamento per il miglioramento delle capacità condizionali. - conoscere i principali attrezzi utilizzati nelle attività sportive praticate. - conoscere i principali atteggiamenti comunicativi del nostro corpo. -conoscere i principali movimenti del corpo umano e saperli eseguire in funzione della conoscenza della terminologia acquisita 	<ul style="list-style-type: none"> - eseguire attività volte al miglioramento delle capacità condizionali. - essere in grado di organizzare la fase di riscaldamento. - applicare idonee condotte alimentari in funzione del fabbisogno energetico. - saper trasferire i valori culturali appresi in campo sportivo (fair play) nella vita quotidiana. - muovere con piena coscienza il proprio corpo nello spazio e nel tempo. - eseguire movimenti semplici e complessi in situazioni statiche e dinamiche - eseguire attività finalizzati al miglioramento delle capacità condizionali. - utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri. 	<ul style="list-style-type: none"> - Creare una progressione didattica per lo sviluppo di una o più capacità condizionale . - interagire con i compagni utilizzando il linguaggio del corpo - gestire ed analizzare i risultati delle proprie prestazioni, valutandone i punti di forza e di debolezza. - abbinare una corretta alimentazione in funzione dell'attività fisica da svolgere. - avvalersi dell'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali. - individuare e pianificare attività finalizzate al miglioramento delle capacità condizionali. - assumere comportamenti responsabili durante la pratica e lo svolgimento di attività motorie.

DISCIPLINA	LIVELLO ESSENZIALE	LIVELLO SODDISFACENTE	LIVELLO BUONO	LIVELLO ECCELLENTE
	N. Alunni	N. Alunni	N. Alunni	N. Alunni
SC. MOT. E SPORTIVE	===	6	6	6

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 5^a Classe

- Riconoscere la differenza tra uso, abuso e dipendenza.
- Praticare attivamente i valori sportivi (fair-play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.
- Sapersi muovere in sicurezza nei diversi ambienti naturali.
- Muovere consapevolmente il proprio corpo nello spazio e nel tempo.
- Riconoscere gli effetti nocivi delle sostanze dopanti sull'organismo ai fini della prevenzione di pratiche illecite.
- Rispettare le norme di sicurezza scegliendo consapevolmente e gestendo l'attrezzatura necessaria per svolgere in sicurezza l'attività scelta.
- Riconoscere la struttura dello sport a livello mondiale e nazionale.
- Utilizzare in modo appropriato un supporto tecnologico in relazione all'attività praticata.
- Assumere equilibrati comportamenti al fine di non arrecare danno a se o/e agli altri quando si svolgono attività pratiche.
- Saper eseguire i fondamentali individuali dell'attività sportiva praticata.

Articolazione della Programmazione Disciplinare

FASE	Obiettivi di apprendimento	CONTENUTI
1° QUADR.	<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza. - conoscere le regole, i fondamentali di gioco e i principali gesti arbitrari dell'attività sportiva praticata. - conoscere l'aspetto educativo dello sport e la sua funzione in ambito sociale. - conoscere i comportamenti da adottare per un utilizzo sicuro del kayak. - conoscere le principali norme di sicurezza negli ambienti naturali e artificiali. - conoscere i principali movimenti del corpo umano e saperli eseguire in funzione della conoscenza della terminologia acquisita 	<p><u>SALUTE E BENESSERE</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - le dipendenze: ❖ Conoscere per prevenire, ❖ Uso, abuso e dipendenza, ❖ Il tabacco, l'alcool e i loro effetti, ❖ Le droghe e i loro effetti, ❖ Le dipendenze comportamentali. <p><u>SPORT, REGOLE E FAIR PLAY</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - lo sport e i suoi principi - <u>sport di squadra</u>: ❖ Il rugby. <p><u>ATTIVITÀ IN AMBIENTE NATURALE</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - fare sport all'aria aperta: ❖ Il kayak. <p><u>SICUREZZA E PREVENZIONE</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Sicurezza in acqua.
2° QUADR	<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza. - conoscere i principali attrezzi utilizzati nelle attività sportive praticate. - conoscere le principali organizzazioni sportive in Italia e nel mondo. Conoscere i più comuni strumenti tecnologici utilizzati negli sport. - conoscere i principali movimenti del corpo umano e saperli eseguire in funzione della conoscenza della terminologia acquisita 	<p><u>SALUTE E BENESSERE</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - il doping: ❖ Che cos'è il doping, ❖ Le sostanze sempre proibite, ❖ Le sostanze proibite in competizione, ❖ i metodi proibiti, ❖ Le sostanze non soggette a restrizioni. <p><u>SPORT, REGOLE E FAIR PLAY</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - <u>sport individuali</u>: ❖ L'atletica leggera: i lanci. <p>- le organizzazioni sportive in Italia e nel mondo</p> <p>- le olimpiadi</p> <p>- tecnologia e movimento</p> <ul style="list-style-type: none"> - gli strumenti utili all'attività fisica

EDUCAZIONE CIVICA

NUCLEI	TEMATICHE	COMPETENZE <i>RIFERITE AL PECUP (ALL C - LINEE GUIDA 23/06/2020)</i>	CONOSCENZE/ ABILITA'	Ore
COSTITUZIONE	LE ORGANIZZAZIONI SPORTIVE NAZIONALI E INTERNAZIONALI	<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere l'organizzazione costituzionale ed amministrativa del nostro Paese per rispondere ai propri doveri di cittadino ed esercitare con consapevolezza i propri diritti politici a livello territoriale e nazionale. - Conoscere i valori che ispirano gli ordinamenti comunitari e internazionali, nonché i loro compiti e funzioni essenziali 	Essere in grado di distinguere le varie organizzazioni sportive che gestiscono lo sport a livello mondiale e nazionale	2
SVILUPPO SOSTENIBILE	NO	=====	=====	=
CITTADINANZA DIGITALE	NO	=====	=====	=
TOTALE ORE				2
ATTIVITA'	Convegni -dibattiti Did Vision film e documentary Produzione, fruizione e scambio. Lettura critica dei quotidiani, Ricerca sul web Partecipazione a giornate nazionali e internazionali Partecipazione a progetti e concorsi Progetti ptof Visite virtuali Esperienze extrascolastiche			
STRATEGIE METODOLOGICHE	Didattica attiva e laboratoriale Cooperative learning Flipped classroom Problem solving			

PERCORSO INTERDISCIPLINARE

titolo:	RAGIONE E FOLLIA	
Prerequisiti:	Riconoscere lo sport come sano strumento di formazione psico-fisica dell'uomo	
Verifiche:	Vedi programmazione asse disciplinare	
Obiettivi di Apprendimento	Contenuti disciplinari	Strategie Metodologiche
Prendere coscienza degli effetti negativi che la pratica del doping porta al nostro corpo	Il doping, una pratica illecita: perché combatterlo	Lezione frontale e dialogata Ricerca di materiale sul web Audiovisivi

PERCORSO INTERDISCIPLINARE

titolo:	L'ETICA DELLA RESPONSABILITÀ	
Prerequisiti:	Riconoscere i valori che lo sport trasmette anche nella vita quotidiana	
Verifiche:	Vedi programmazione asse disciplinare	
Obiettivi di Apprendimento	Contenuti disciplinari	Strategie Metodologiche
Educare alla convivenza civile attraverso i valori che lo sport trasmette	L'educazione ai valori attraverso lo sport: <ul style="list-style-type: none"> • Che cos'è il fair play • Lo sport: che cos'è e che cosa non deve essere • Come vivere lo sport 	Lezione frontale e dialogata Ricerca di materiale sul web Audiovisivi

PERCORSO INTERDISCIPLINARE

titolo:	CASO, NECESSITÀ, FORTUNA E CREATIVITÀ	
Prerequisiti:	Essere consapevoli che qualsiasi evento può stravolgere qualsiasi situazione	
Verifiche:	Vedi programmazione asse disciplinare	
Obiettivi di Apprendimento	Contenuti disciplinari	Strategie Metodologiche
Conoscere alcune delle imprese sportive più importanti e le più grandi sconfitte	L'imprevedibilità dei risultati nello sport: le vittorie più esaltanti e le sconfitte più cocenti nel mondo dello sport	Lezione frontale e dialogata Ricerca di materiale sul web Audiovisivi

PERCORSO INTERDISCIPLINARE

titolo:	L'INFINITO: SPAZIO, TEMPO, SOGNO	
Prerequisiti:	Conoscenza delle capacità coordinative	
Verifiche:	Vedi programmazione asse disciplinare	
Obiettivi di Apprendimento	Contenuti disciplinari	Strategie Metodologiche
Far acquisire coscienza dell'importanza dei parametri spazio-temporali durante la pratica di un'attività sportiva	Il parametro spazio-temporale nella pratica sportiva	Lezione frontale e dialogata Ricerca di materiale sul web Audiovisivi

PERCORSO INTERDISCIPLINARE

titolo:	RAPPORTO UOMO-AMBIENTE	
Prerequisiti:	Conoscere i benefici che l'attività fisica apporta al benessere dell'uomo	
Verifiche:	Vedi programmazione asse disciplinare	
Obiettivi di Apprendimento	Contenuti disciplinari	Strategie Metodologiche
Riconoscere i benefici che l'attività sportiva all'aria aperta determina sull'organismo	Fare sport all'aria aperta • Le condizioni meteorologiche • Il trekking e l'arrampicata • Sicuri con la neve	Lezione frontale e dialogata Ricerca di materiale sul web Audiovisivi

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	X	Lavoro autonomo	X
Role Playing		Audiovisivi	X	Prove strutturate e/o semi-strutturate	X	Sportello metodologico-didattico	X
Problem Solving/Posing	X	Dispense	X	Compiti a casa	X	Ricerca-azione	X
Lezione Interattiva e Partecipata	X	Laboratorio	X	Ricerche e/o tesine	X	Questionari	X
Didattica per Progetti		Riviste scientifiche	X	Brevi interventi	X	Recupero per piccoli gruppi	X
Didattica Laboratoriale	X	LIM	X	Test	X		
ClassRoom Debate	X	Piattaforma Gsuite	X	Questionari	X		
Flipped Classroom				Project Work			

Verifiche in relazione agli obiettivi in itinere	Verifiche sommative n. 6	I quadrimestre n. 3	II quadrimestre n. 3
Tipologia C (quesiti a risposta mult V/F)	X	X	X
Prove strutturate (riassunto, relazione)	X	X	X
Brevi interventi	X	X	X
Prove miste (quesiti/risposte aperte)	X	X	X

RECUPERO

Fase	Durata	Obiettivi minimi di apprendimento	Contenuti
1° 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 carenze evidenziate.
2° Quadrimestre			

Criteri di valutazione

Criteri di valutazione prove scritte/orali/pratiche	<p>CRITERI DI VALUTAZIONE PROVE PRATICHE DI DISCIPLINE SPORTIVE 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</p> <p>CRITERI DI VALUTAZIONE PROVE SCRITTE/ORALI DI DISCIPLINE SPORTIVE Sarà valutata l'acquisizione di conoscenze, la capacità di argomentare con l'utilizzo del linguaggio specifico,</p>
Criteri di Valutazione del Comportamento	Si terrà conto dell'atteggiamento assunto dagli allievi in classe durante le attività teoriche e negli spazi dove è prevista l'attività pratica. A tal proposito verranno osservate le condotte verso docenti e compagni, il rispetto dei luoghi frequentati, la cura verso gli attrezzi avuti in dotazione, la capacità di praticare attività in modo corretto e funzionale, oltretutto l'impegno, l'interesse e la partecipazione dimostrati durante le lezioni.
Criteri di valutazione quadrimestrale e finale	<p>QUADRIMESTRE: avrà carattere sommativo tra le singole valutazioni pratiche e teoriche a cui l'allievo è stato sottoposto durante le varie attività</p> <p>VALUTAZIONE FINALE: terrà conto oltre che delle valutazioni acquisite durante il periodo, anche dell'impegno, dell'interesse, della partecipazione e del comportamento che l'allievo ha dimostrato durante l'anno scolastico, oltretutto dei miglioramenti raggiunti dal punto di vista motorio e di acquisizione dei contenuti; inoltre sarà anche valutata la partecipazione ad attività extracurricolari promosse dall'istituzione scolastica.</p> <p>VALUTAZIONE ALUNNI ESONERATI DALLE ATTIVITA' PRATICHE: avverrà in base all'osservazione della capacità dell'alunno di relazionarsi e collaborare con compagni e docente, anche tramite compiti di assistenza e arbitraggio nelle attività sportive presenti nella programmazione.</p>

Il Docente

Prof Santi Giuseppe La Fauci
