



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 2023/2024

LICEO SCIENZE UMANE

MATERIA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

CLASSE I A

PROF. CATONA FRANCESCO

IL COORDINATORE

PROF. ACCLAVIO SANTINA

IL DIRIGENTE SCOLASTICO

PROF.SSA MARISTELLA SPEZZANO

Data presentazione: 16/10/2023

PREREQUISITI DI ACCESSO AL PROGRAMMA DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE DELLA CLASSE PRIMA

LIVELLI DI APPRENDIMENTO RILEVATI IN INGRESSO

I livelli d'ingresso valutati sono relativi all'osservazione di attività motorie, di carattere generale, proposte durante le lezioni. Dai risultati si può evincere che quasi tutti gli allievi sono in possesso dei prerequisiti di base necessari per poter affrontare il percorso formativo della classe prima, anche se un sostanzioso gruppo ha evidenziato il possesso di soddisfacenti capacità motorie, frutto sicuramente di una appropriata attività motoria pregressa.

ASSE SCIENTIFICO TECNOLOGICO	CONOSCENZE	ABILITÀ	COMPETENZE
Disciplina Scienze motorie e sportive	Valutazione motoria. Cenni sui principali sistemi ed apparati del corpo umano; Cenni sul regolamento dei principali sport di squadra; Elementi base di educazione alimentare	Dimostrare di capire ed eseguire in forma sufficientemente corretta le attività di valutazione richieste	Essere in grado di riconoscere i principali sistemi ed apparati del corpo umano; 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 E SPORTIVE	9	2	2	

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 Disporre 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 Disporre 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 prima Classe

DISCIPLINA	CONOSCENZE	ABILITÀ	COMPETENZE
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE	Conoscere l'apparato locomotore e le sue funzioni; Conoscere i più importanti sport scolastici e non, individuali e di squadra; Conoscere le principali patologie dell'apparato locomotore; Conoscere gli alimenti nutrienti	Essere in grado di eseguire azioni motorie semplici in modo consapevole e corretto; Essere in grado di prevenire le principali patologie dell'età evolutiva; Essere in grado di delineare una corretta ed equilibrata alimentazione	Saper rispettare e valorizzare e il proprio corpo attraverso una sana e regolare attività motoria ed assumere comportamenti equilibrati per un corretto stile di vita
<p align="center">Obiettivi minimi:</p> Acquisire ed utilizzare un linguaggio semplice relativo ai contenuti teorici e pratici della disciplina. -Raggiungimento parziale delle abilità e competenze individuate per la classe. -Essere in grado di eseguire movimenti semplici in relazione alle variazioni delle situazioni di gioco e decodificare i più noti codici non verbali delle attività di arbitraggio.			

-Conoscere le principali regole di gioco degli sport di squadra proposti -Conoscere le regole fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale ed altrui in palestra, a casa e negli spazi aperti.

Articolazione della Programmazione Disciplinare

FASE	Obiettivi di apprendimento	CONTENUTI
TRIMESTRE	<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere piani ed assi, posizioni ed i principali movimenti del corpo umano. - Conoscere la struttura scheletrica, la sua morfologia e i benefici derivanti dall'attività fisica. - Conoscere le regole, i fondamentali di gioco e i principali gesti arbitrari dell'attività sportiva praticata. - Conoscere l'importanza di una corretta postura. - Conoscere i principali movimenti del corpo umano e saperli eseguire in funzione della conoscenza della terminologia acquisita 	<p>ASSI E PIANI ANATOMICI DI RIFERIMENTO DEL CORPO UMANO.</p> <p>TERMINOLOGIA DEI MOVIMENTI GINNASTICI.</p> <p>IL CORPO E LA SUA FUNZIONALITÀ</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Sistema scheletrico. <p>SPORT, REGOLE E FAIR PLAY</p> <p>- Sport di squadra:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Pallacanestro. ❖ Pallavolo ❖ Calcio a 5 <p>SALUTE E BENESSERE</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ La salute dinamica. ❖ La postura della salute <p>Attività pratiche finalizzate allo sviluppo e al consolidamento delle capacità psico-motorie, praticate nel rispetto delle normative vigenti sul COVID-19.</p>
PENTAMESTRE	<p>Conoscere l'organizzazione del sistema muscolare e i benefici derivanti dall'attività fisica.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comprendere come le richieste energetiche variano in relazione alle attività pratiche. - Conoscere le regole, i fondamentali di gioco e i principali gesti arbitrari dell'attività sportiva praticata. - Conoscere le principali norme di prevenzione della vita quotidiana. - Conoscere le principali regole, gli strumenti di svolgimento di una gara di Orienteering. - Conoscere i principali movimenti del corpo umano e saperli eseguire in funzione della conoscenza della terminologia acquisita 	<p>IL CORPO E LA SUA FUNZIONALITÀ</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Sistema muscolare, ❖ energetica muscolare, ❖ muscoli e movimento. <p>SPORT, REGOLE E FAIR PLAY</p> <p>- Gli sport individuale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ il Badminton. ❖ Atletica leggera: <ul style="list-style-type: none"> - corsa veloce, - mezzofondo, - salto in alto - salto in lungo, - getto del peso <p>SICUREZZA E PREVENZIONE</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Vita quotidiana e sicurezza. <p>ATTIVITÀ IN AMBIENTE NATURALE</p> <p>- FARE SPORT ALL'ARIA APERTA:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ INCONTRARE LA NATURA, ❖ L' ORIENTEERING. <p>Attività pratiche finalizzate allo sviluppo e al consolidamento delle capacità psico-motorie, praticate nel rispetto delle normative vigenti sul COVID-19.</p>

EDUCAZIONE CIVICA				
NUCLEI	TEMATICHE	COMPETENZE <i>(riferite al PECUP per come integrato dall'allegato C delle linee guida per l'insegnamento dell'Educazione Civica del 23/06/2020)</i>	CONOSCENZE/ABILITA'	Ore
COSTITUZIONE	LE REGOLE NELLO SPORT: IL FAIR PLAY	Essere consapevoli del valore e delle regole della vita democratica anche attraverso l'approfondimento degli elementi fondamentali del diritto che la regolano;	- Conoscere l'importanza di una corretta postura. - Conoscere i principali movimenti del corpo umano e saperli eseguire in funzione della conoscenza della terminologia acquisita	2
	SICUREZZA E PREVENZIONE: IL CODICE DELLA STRADA	Adottare i comportamenti più adeguati per la tutela della sicurezza propria, degli altri e dell'ambiente in cui si vive, in condizioni ordinarie o straordinarie di pericolo, curando l'acquisizione di elementi formativi di base in materia di primo intervento e protezione civile; Partecipare al dibattito culturale.	Conoscere i comportamenti più elementari di sicurezza quando si è in strada.	2
SVILUPPO SOSTENIBILE	AMBIENTE SALUTE E BENESSERE: PROTEZIONE CIVILE E PRIMO SOCCORSO	Adottare i comportamenti più adeguati per la tutela della sicurezza propria, degli altri e dell'ambiente in cui si vive, in condizioni ordinarie o straordinarie di pericolo, curando l'acquisizione di elementi formativi di base in materia di primo intervento e protezione civile; Partecipare al dibattito culturale.	-Conoscere chi è' ed il ruolo della protezione civile; -conoscere le manovre e i metodi di primo soccorso	1
CITTADINANZA DIGITALE	MODULO INTERDISCIPLINARE: COMUNICAZIONE E CITT@DINANZA DIGITALE - Dalle regole dello sport alle regole della vita	Esercitare i principi della cittadinanza digitale, con competenza e coerenza rispetto al sistema integrato di valori che regolano la vita democratica	Conoscere le regole, i fondamentali di gioco e i principali gesti arbitrari dell'attività sportiva praticata; Conoscere le principali norme di prevenzione della vita quotidiana.	1
Totale ore				6
ATTIVITA' e STRATEGIE METODOLOGICHE	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. Didattica attiva e laboratoriale, Cooperative learning, Flipped classroom, Problem solving.			

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

Verifiche in relazione agli obiettivi in itinere	Verifiche sommative n.10	Trimestre	Pentamestre
<u>Tipologia C:</u> quesiti a risposta multipla, vero/falso	3	1	2
Prove strutturate o orali: riassunto, relazione	2	1	1
Attività pratiche	5	2	3

RECUPERO			
Fase	Durata	Obiettivi minimi di apprendimento	Contenuti
TRIMESTRE	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.
PENTAMESTRE	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	<p>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>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.</p> <p>N.B. Per qualsiasi evenienza le verifiche pratiche saranno sostituite da quelle teoriche.</p>
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 trimestrale 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. Catona Francesco
