



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

C

PROGRAMMAZIONE INDIVIDUALE

Anno Scolastico 2023/2024

MATERIA: SCIENZE MOTORIE

PROF DELFINO SANTO

Data presentazione: 30/10/2023

CLASSE 1B

PREREQUISITI DI ACCESSO AL PROGRAMMA DI SCIENZE MOTORIE DELLA CLASSE 1 B

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

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 buone capacità motorie, frutto sicuramente di una appropriata attività motoria pregressa.

ASSE SCIENTIFICO-TECNOLOGICO	CONOSCENZE	ABILITÀ	COMPETENZE
Scienze Motorie	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		8	10	

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
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
	Obiettivi minimi: Raggiungimento di un sufficiente livello di acquisizione delle capacità motorie; Conoscere in modo essenziale i contenuti disciplinari Esprimersi con linguaggio specifico essenziale ma corretto		

Articolazione della Programmazione Disciplinare ¹

FASE	Obiettivi di apprendimento	CONTENUTI
TRIMESTRE	Conoscere piani ed assi, posizioni ed i principali movimenti del corpo umano. - Conoscere la struttura scheletrica, la suamorfologia e i benefici derivanti dall'attività fisica. - Conoscere le regole, i fondamentali digioco e i principali gesti arbitrari dell'attività sportiva praticata. - Conoscere l'importanza di una correatpostura. - Conoscere i principali movimenti delcorpo umano e saperli eseguire in funzione della conoscenza della terminologia acquisita	ASSI E PIANI ANATOMICI DI RIFERIMENTO DEL CORPO UMANO. TERMINOLOGIA DEI MOVIMENTI GINNASTICI. IL CORPO E LA SUA FUNZIONALITÀ ❖ Sistema scheletrico. SPORT, REGOLE E FAIR PLAY - Sport di squadra: ❖ Pallacanestro. SALUTE E BENESSERE ❖ La salute dinamica. ❖ La postura della salute - Attività pratiche finalizzate allo sviluppo e al consolidamento delle capacità psico-motorie, praticate nel rispetto delle normative vigenti sul COVID-19.
	- Conoscere l'organizzazione del sistemamuscolare e i benefici derivanti dall'attività fisica.	IL CORPO E LA SUA FUNZIONALITÀ ❖ Sistema muscolare, ❖ energetica muscolare,

¹ Aggiungere tante righe quanto eventualmente necessarie

<p style="text-align: center;">PENTAMESTRE</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 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ muscoli e movimento. <p>SPORT, REGOLE E FAIR PLAY</p> <p>- Gli sport individuale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ il Badminton. <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 RIFERITE AL PECUP (ALL C - LINEE GUIDA 23/06/2020)	CONOSCENZE/ABILITA'	Ore
SVILUPPO SOSTENIBILE	AMBIENTE, SALUTE E BENESSERE	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
	LE DIPENDENZE DIGITALI	Conoscere i rischi delle dipendenze digitali derivati dai giochi in internet, videogiochi, social network e il gioco d'azzardo patologico.	Dibattiti Visione di film e documentari lettura critica dei quotidiani	2
Totale ore 4				
ATTIVITA'	Convegni –dibattiti; DID; Visione di 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, Flipped classroom, Problem solving			

EDUCAZIONE CIVICA				
NUCLEI	TEMATICHE	COMPETENZE RIFERITE AL PECUP (ALL C - LINEE GUIDA 23/06/2020)	CONOSCENZE/ABILITA'	Ore
COSTITUZIONE	LE REGOLE NELLO SPORT	Promuovere il rispetto del prossimo e lo spirito di gruppo.	Conoscere e saper applicare i regolamenti sportivi. Conoscere e saper far propri i principi della carta del fair-play.	2
Totale ore 2				
ATTIVITA'	Convegni –dibattiti; DID; Visione di 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, Flipped classroom, Problem solving			

PERCORSO INTERDISCIPLINARE		
TITOLO: SPORT IN...SICUREZZA		
Prerequisiti: metodi di preparazione dell'organismo all'attività fisica. Nozioni di primo soccorso.		
Obiettivi di Apprendimento	Contenuti disciplinari	Strategie Metodologiche
Nozioni di primo soccorso conoscere e saper attuare le azioni utili a svolgere l'attività fisica in sicurezza Attività propedeutiche allo svolgimento dell'attività fisica	Primo soccorso La mobilità articolare Strumenti di prevenzione e sicurezza	Lezione frontale Strumenti messi a disposizione dalla piattaforma Gsuite.

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	X	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	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

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

Criteria di valutazione	
Criteria 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>
Criteria 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.
Criteria 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 Delfino Santo