



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

VIA GARIBALDI, 75 – 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. 0965/499481 - E-MAIL [RCIS03600Q@ISTRUZIONE.IT](mailto:RCIS03600Q@ISTRUZIONE.IT) - [WWW.NOSTROREPACI.EDU.IT](http://WWW.NOSTROREPACI.EDU.IT)

### **PROGRAMMAZIONE INDIVIDUALE**

**Anno Scolastico 2023/2024**

**LICEO CLASSICO**

**MATERIA SCIENZE MOTORIE**

**CLASSE PRIMA**

**Prof.ssa LOFARO GIOVANNA**

IL COORDINATORE: PROF.SSA SCOPELLITI ELENA

IL DIRIGENTE SCOL: PROF.SSA MARISTELLA SPEZZANO

Data di presentazione 26/10/2023

**PREREQUISITI DI ACCESSO AL PROGRAMMA DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE DELLA  
CLASSE 1^ C LICEO CLASSICO**

- 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**

ASSE SCIENTIFICO-TECNOLOGICO	CONOSCENZE	ABILITÀ	COMPETENZE
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE	-Conoscono in forma semplice i principali organi, sistemi e apparati del corpo umano e i benefici dell'attività fisica. -Conoscono le regole fondamentali dei principali sport di squadra.	-Dimostrano di eseguire in forma sufficientemente corretta le attività richieste. -Utilizzano in modo adeguato il lessico specifico	Sono in grado di: -riconoscere i principali sistemi ed apparati del corpo umano. - Riconoscere le principali regole di alcuni sport di squadra. - Utilizzare con una certa consapevolezza il proprio corpo.

DISCIPLINA	LIVELLO INSUFFICIENTE	LIVELLO ESSENZIALE	LIVELLO SODDISFACENTE	LIVELLO BUONO	LIVELLO ECCELLENTE
	N. studenti	N. studenti	N. studenti	N. studenti	N. studenti
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE			8	4	

**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
1) Imparare ad imparare.	Imparare ad eseguire movimenti corretti in funzione dello spazio, del tempo, dei compagni e degli avversari.
2) Progettare	Saper organizzare autonomamente un'attività all'interno dell'ora di lezione
3) Comunicare	Utilizzare i linguaggi specifici e non per interagire con i compagni e con l'insegnante
4) Collaborare e partecipare	Riuscire a collaborare con i compagni di squadra del momento per la realizzazione di un obiettivo comune
5) Agire in modo autonomo e responsabile	Saper adottare comportamenti idonei al fine di prevenire situazioni di pericolo per la propria ed altrui incolumità durante le lezioni pratiche
6) Risolvere problemi	Riuscire ad attuare corretti comportamenti motori per risolvere problemi di gioco
7) Individuare collegamenti e relazioni	Riuscire ad individuare una tipologia di capacità motoria e relazionarla con altri tipi di attività
8) Acquisire e interpretare l'informazione.	Acquisire ed elaborare attraverso reazioni motorie gli stimoli provenienti dai propri recettori

**Livello di apprendimento da raggiungere al termine del percorso didattico-formativo della prima classe**

- Collegare le funzioni dei vari organi e apparati all'attività fisica.
- Interpretare i gesti arbitrali durante l'attività sportiva praticata.
- Assumere comportamenti responsabili durante lo svolgimento di attività pratiche.
- Classificare gli sport a seconda dei meccanismi energetici che li caratterizzano.
- Mettere in atto forme elementari di prevenzione.
- Applicare operativamente le principali conoscenze inerenti al mantenimento della salute dinamica.
- Applicare una terminologia essenziale corrispondente al movimento.
- Assumere comportamenti responsabili durante la pratica e lo svolgimento di attività motorie.

## ARTICOLAZIONE DELLA PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE

FASE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI
<b>TRIMESTRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere piani, assi, atteggiamenti, posizioni e movimenti fondamentali del corpo umano.</li> <li>- Conoscere la struttura muscolo-scheletrica del corpo umano e i benefici derivanti dall'attività fisica.</li> <li>- Conoscere l'importanza di una corretta postura.</li> <li>- Conoscere le regole, i fondamentali di gioco e i principali gesti arbitrari dell'attività sportiva praticata.</li> <li>- Conoscere i principali movimenti del corpo umano e saperli eseguire in funzione della conoscenza della terminologia acquisita</li> </ul>	<p><b>INTRODUZIONE ALLE SCIENZE MOTORIE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Il linguaggio delle scienze motorie</li> <li>❖ La lezione di Scienze motorie</li> </ul> <p><b>CORPO UMANO E ATTIVITÀ MOTORIA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Sistema scheletrico</li> <li>❖ La postura corretta</li> <li>❖ Sistema muscolare.</li> </ul> <p><b>SPORT E REGOLE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sport di squadra:</li> <li>❖ Pallacanestro.</li> <li>❖ Pallavolo</li> <li>❖ Calcio a 5</li> </ul> <p>- Test di valutazione motoria</p> <p>- Attività pratiche finalizzate allo sviluppo e al consolidamento delle capacità psico-motorie.</p>
<b>PENTAMESTRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere le regole, i fondamentali di gioco e i principali gesti arbitrari delle attività sportive studiate e praticata.</li> <li>- Conoscere gli elementi fondamentali per uno stile di vita sano ed equilibrato.</li> <li>- Comprendo l'importanza della prevenzione delle situazioni di rischio e so intervenire in situazioni di pericolo.</li> </ul>	<p><b>CAPACITÀ MOTORIE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Definizione delle capacità coordinative e condizionali</li> </ul> <p><b>CAPACITÀ E ABILITÀ ESPRESSIVE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ La comunicazione.</li> </ul> <p><b>SALUTE, BENESSERE E PREVENZIONE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ L'adolescenza: star bene con se stessi.</li> <li>❖ Motricità in sicurezza</li> </ul> <p><b>SPORT ED EDUCAZIONE CIVICA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Tutti insieme per un futuro migliore.</li> <li>❖ I valori dello sport.</li> </ul> <p><b>SPORT E REGOLE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Sport individuale:</b></li> <li>❖ il Badminton.</li> <li>- <b>Sport outdoor:</b></li> <li>❖ l'Orienteering</li> </ul> <p>- Attività pratiche finalizzate allo sviluppo e al consolidamento delle capacità psico-motorie.</p>

<b>EDUCAZIONE CIVICA</b>				
<b>NUCLEI</b>	<b>TEMATICHE/ CONTENUTI</b>	<b>COMPETENZE Riferite al PECUP (all. C linee guida 23/06/2020)</b>	<b>CONOSCENZE/ABILITÀ</b>	<b>ORE</b>
<b>COSTITUZIONE</b>	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 i valori a cui educa lo sport.	2
<b>TOT ORE</b>				3
<b>ATTIVITÀ</b>		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. Progetti PTOF. Visite guidate. Visite virtuali. Esperienze extrascolastiche.		
<b>STRATEGIE METODOLOGICHE</b>		Lezioni frontali ed interattive. Discussioni guidate. Didattica attiva e laboratoriale. Cooperative learning. Flipped classroom. Problem solving.		

<b>PERCORSO INTERDISCIPLINARE DI EDUCAZIONE CIVICA</b>				
<b>NUCLEI</b>	<b>TEMATICHE</b>	<b>COMPETENZE Riferite al PECUP (all. C - linee guida 23/06/2020)</b>	<b>CONOSCENZE/ABILITÀ</b>	<b>ORE</b>
<b>CITTADINANZA DIGITALE</b>	- COMUNICAZIONE E CITT@DINANZA DIGITALE: IL CYBULLISMO Effetti delle dipendenze digitali	Perseguire con ogni mezzo e in ogni contesto il principio di legalità e di solidarietà dell'azione individuale e sociale, promuovendo principi, valori e abiti di contrasto alla criminalità organizzata e alle mafie.	- Conoscere gli effetti delle dipendenze digitali	1
<b>TOT ORE</b>				1
<b>ATTIVITÀ</b>		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. Progetti PTOF. Visite guidate. Visite virtuali. Esperienze extrascolastiche.		
<b>STRATEGIE METODOLOGICHE</b>		Lezioni frontali ed interattive. Discussioni guidate. Didattica attiva e laboratoriale. Cooperative learning. Flipped classroom. Problem solving.		

<b>METODOLOGIA - STRUMENTI - VERIFICA E SOSTEGNO E /O RECUPERO</b>							
<b>METODOLOGIA</b>		<b>STRUMENTI</b>		<b>MODALITÀ DI VERIFICA</b>		<b>MODALITÀ SOSTEGNO E/O RECUPERO</b>	
Lezione frontale	X	Libro di testo Dispense	X	Interrogazione orale	X	Intervento personalizzato/individualizzato	X
Cooperative learning	X	Lavagna luminosa	X	Verifica scritta	X	Lavoro autonomo	X
Role Playing	X	Audiovisivi		Prove strutturate e/o semistrutturate	X	Sportello metodologico didattico	
Problem Solving/Posing	X	Osservazione diretta e sistematica	X	Compiti a casa		Ricerca-azione	

Lezione interattiva e partecipata	X	Laboratorio		Ricerche e/o tesine	X	Questionari	X
Didattica laboratoriale	X	Lim	X	Test	X		
Classroom Debate	X	Piattaforma Gsuite	X	Questionari	X		
Flipperd Clasroom				Project Work			

<b>VERIFICHE IN RELAZIONE AGLI OBIETTIVI IN ITINERE</b>	<b>VERIFICHE SOMMATIVE (min.7 tra orale e pratico)</b>	<b>Trimestre min. 3 (tra orale e pratico)</b>	<b>Pentamestre min. 4 (tra orale e pratico)</b>
TIPOLOGIA C (quesiti a risposta multipla,v/f)	X	X	X
PROVE STRUTTURATE (riassunto, relazione)	X	X	X
PROVE MISTE (quesiti/risposte aperte)	X	X	X
INTERROGAZIONE ORALE	X	OVE OCCORRA, IN SOSTITUZIONE DELLA PROVA PRATICA	
OSSERVAZIONE DIRETTA E SISTEMATICA	X	SEMPRE	
BREVI INTERVENTI	X	SEMPRE	

<b>RECUPERO</b>			
<b>FASE</b>	<b>DURATA</b>	<b>OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO</b>	<b>CONTENUTI</b>
<b>TRIMESTRE PENTAMESTRE</b>	In itinere	Avere acquisito un sufficiente livello di sviluppo delle capacità motorie e possedere conoscenze essenziali degli argomenti proposti	In relazione alla varietà delle lacune registrate, verranno proposti contenuti ritenuti essenziali per il recupero delle lacune evidenziate.

<b>CRITERI DI VALUTAZIONE</b>
Saranno somministrati questionari con tipologia vero/falso e/o a risposta multipla miranti a verificare il grado di conoscenza dei contenuti e la capacità di orientarsi nella prova richiesta. Le prove <b>pratiche</b> 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 per ogni singolo studente

<b>CRITERI DI VALUTAZIONE COMPORTAMENTO</b>
Si terrà conto dell'atteggiamento assunto dagli studenti in classe durante le attività teoriche e negli spazi dove è previsto lo svolgimento delle attività pratiche. A tal proposito verranno osservati: - il rispetto dei luoghi frequentati, - le condotte che gli alunni terranno nei confronti dei docenti, dei compagni e del personale scolastico, - la cura verso gli attrezzi avuti in dotazione, - la capacità di praticare attività in modo corretto e funzionale, - l'impegno, l'interesse e la partecipazione dimostrati durante le lezioni.

## **CRITERI DI VALUTAZIONE TRIMESTRALE E FINALE**

**VALUTAZIONE TRI-PENTAMESTRE:** avrà carattere sommativo tra le singole valutazioni pratiche e teoriche a cui lo studente è stato sottoposto.

**VALUTAZIONE FINALE:** anch'essa avrà carattere sommativo e terrà conto delle valutazioni acquisite durante il pentamestre, dell'impegno profuso, dell'interesse, della partecipazione e del comportamento che lo studente ha dimostrato durante l'anno scolastico, oltreché dei progressi dell'apprendimento dal punto di vista motorio e dal miglioramento dei livelli di conoscenza; inoltre si darà adeguata importanza alla partecipazione ad attività extracurricolari promosse dall'istituzione scolastica.

**VALUTAZIONE STUDENTI ESONERATI DALLE ATTIVITÀ PRATICHE:** avverrà tramite l'osservazione delle capacità dello studente di relazionarsi e collaborare con il docente e con i compagni e anche tramite l'assegnazione di compiti di assistenza e arbitraggio nelle attività sportive presenti nella programmazione didattica.

*(Si allega griglia di valutazione delle prove pratiche e scritte)*

## SCIENZE MOTORIE GRIGLIA DI VALUTAZIONE

Indicatori di apprendimento	Livelli di prestazione	Valutazione
<b>Conoscenza dei contenuti</b>	Liv. A - preparazione di base ben strutturata, padronanza degli argomenti trattati.	10
	Liv. B - buona la preparazione di base, approfondita la conoscenza dei contenuti.	8-9
	Liv. C - preparazione completa in quasi tutti gli aspetti.	7
	Liv. D - preparazione completa ma talvolta superficiale.	6
	Liv. E - preparazione modesta e frammentaria.	4-5
	Liv. F - preparazione carente sotto tutti gli aspetti.	1-3
<b>Capacità di applicazione</b>	Liv. A - sa applicare autonomamente competenze e conoscenze acquisite in contesti nuovi.	10
	Liv. B- applica efficacemente proprietà e regole anche in contesti nuovi.	8-9
	Liv. C - sa applicare correttamente proprietà e regole.	7
	Liv. D - guidato opportunamente riesce ad applicare proprietà e regole.	6
	Liv. E - sa applicare le conoscenze in modo parziale.	4-5
	Liv. F - non sempre è in grado di applicare correttamente le conoscenze.	1-3
<b>Impegno</b>	Liv. A - lavora con metodo, impegno assiduo e costruttivo.	10
	Liv. B - impegno diligente, sa organizzare il lavoro in modo proficuo.	8-9
	Liv. C - impegno costante ed adeguato.	7
	Liv. D - impegno regolare ma non sempre adeguato.	6
	Liv. E - impegno superficiale e non sempre adeguato.	4-5
	Liv. F - impegno incostante e superficiale	1-3
<b>Interesse</b>	Liv. A - mostra particolare interesse e curiosità per tutte le discipline.	10
	Liv. B - interesse continuo e particolare.	8-9
	Liv. C - interesse costante.	7
	Liv. D - interesse non sempre costante.	6
	Liv. E - interesse piuttosto discontinuo.	4-5
	Liv. F - interesse sporadico e poco motivato	1-3
<b>Partecipazione</b>	Liv. A - attiva, ricca di interventi e costruttiva.	10
	Liv. B - attiva e costruttiva.	8-9
	Liv. C - attiva e proficua.	7
	Liv. D - abbastanza soddisfacente.	6
	Liv. E - discontinua e non sempre proficua.	4-5
	Liv. F - inesistente e passiva	1-3