



## **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 TERZA**

**Prof.ssa LOFARO GIOVANNA**

IL COORDINATORE PROF.SSA TRIPODI MARIAGRAZIA

IL DIRIGENTE SCOLASTICO PROF.SSA MARISTELLA SPEZZANO

Data di presentazione 24/10/2023

**PREREQUISITI DI ACCESSO AL PROGRAMMA DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE DELLA  
CLASSE 3<sup>A</sup> C LICEO CLASSICO**

- Sufficiente consolidamento delle abilità di base.
- Soddisfacente autonomia delle conoscenze acquisite.
- Adeguato sviluppo delle capacità relazionali.
- Utilizzo di un lessico specifico della disciplina.
- Rispetto delle regole e delle consegne.

**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 ed alcuni elementi base di educazione alimentare.	- 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 dei più diffusi sport di squadra. - Possedere una adeguata consapevolezza del proprio corpo.

DISCIPLINE	LIVELLO ESSENZIALE	LIVELLO SODDISFACENTE	LIVELLO BUONO	LIVELLO ECCELLENTE
	N. studenti	N. studenti	N. studenti	N. studenti
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE	4	11	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 terza classe

- Creare una progressione di esercizi per il miglioramento delle capacità coordinative di uno o più distretti corpo rei.
- Ideare ed eseguire un percorso o un circuito per migliorare la coordinazione generale e/o specifica.
- Interpretare i gesti arbitrari durante l'attività sportiva praticata.
- Saper valutare l'adeguatezza di un percorso rispetto alle proprie capacità.
- Mettere in atto delle strategie miranti a potenziare il proprio benessere.
- Saper trasferire i valori culturali appresi in campo sportivo nella vita quotidiana.
- Identificare e valutare criticamente un comportamento sportivo e non.
- Assumere comportamenti responsabili durante la pratica e lo svolgimento di attività motorie.
- Avvalersi dell'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.

## ARTICOLAZIONE DELLA PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE

FASE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI
<b>TRIMESTRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Praticare attivamente i valori sportivi (fair-play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.</li> <li>- Trasferire i valori culturali appresi in campo sportivo nella vita quotidiana.</li> <li>- Sapersi muovere in sicurezza nei diversi ambienti naturali.</li> <li>- Utilizzare le corrette procedure in caso di intervento di primo soccorso.</li> <li>- Muovere consapevolmente il proprio corpo in movimento nello spazio e nel tempo.</li> </ul>	<p>SPORT, REGOLE E FAIR PLAY</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <u>Sport individuali</u>:               <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ l'Atletica leggera: le Corse,</li> <li>❖ il Tennistavolo.</li> </ul> </li> <li>- Sport di squadra:               <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ la Pallamano.</li> </ul> </li> </ul> <p>SICUREZZA E PREVENZIONE</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sicurezza in montagna.</li> <li>- Il primo soccorso.</li> </ul> <p>ATTIVITÀ IN AMBIENTE NATURALE</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fare sport all'aria aperta:               <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ il trekking.</li> </ul> </li> </ul> <p>- Attività pratiche finalizzate allo sviluppo e al consolidamento delle capacità psico-motorie.</p>
<b>PENTAMESTRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Assumere comportamenti idonei finalizzati al miglioramento della salute.</li> <li>- Coordinare l'atto respiratorio all'attività fisica.</li> <li>- Eseguire attività in grado di migliorare le capacità coordinative motorie.</li> <li>- Riconoscere le capacità coordinative coinvolte nei vari movimenti durante l'attività pratica.</li> <li>- Muovere consapevolmente il proprio corpo in movimento nello spazio e nel tempo.</li> </ul>	<p>SALUTE E BENESSERE</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- L'attività fisica:               <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ la ginnastica dolce,</li> <li>❖ la respirazione,</li> <li>❖ il rilassamento,</li> <li>❖ lo Yoga,</li> <li>❖ il metodo Pilates.</li> </ul> </li> </ul> <p>CAPACITÀ E ABILITÀ COORDINATIVE</p> <p>Capacità coordinative:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ introduzione,</li> <li>❖ apprendimento e controllo motorio,</li> <li>❖ la coordinazione.</li> </ul> <p>- Attività pratiche finalizzate allo sviluppo e al consolidamento delle capacità psico-motorie.</p>

PERCORSO INTERDISCIPLINARE DI EDUCAZIONE CIVICA				
NUCLEI	TEMATICHE	COMPETENZE Riferite al PECUP (aLL. C - linee guida 23/06/2020)	CONOSCENZE/ABILITÀ	ORE
COSTITUZIONE	I DIRITTI UMANI: I Diritti umani nello sport.	Essere consapevoli dell'importanza di rispettare e valorizzare le differenze di qualunque origine, alla luce del principio di uguaglianza	Lo sport come strumento di inclusione	1
<b>TOT ORE</b>				1
ATTIVITÀ	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.			
STRATEGIE METODOLOGICHE	Lezioni frontali ed interattive. Discussioni guidate. Didattica attiva e laboratoriale. Cooperative learning. Flipped classroom. Problem solving.			

PERCORSO INTERDISCIPLINARE		
<b>Titolo</b>	Uomo sport e natura	
<b>Prerequisiti</b>	Essere disponibile a entrare in armonia con la natura	
<b>Verifiche</b>	Vedi programmazione coordinata di classe	
<b>Tempi</b>	Trimestre	
<b>Obiettivi di apprendimento</b>	<b>Contenuti disciplinari</b>	<b>Strategie Metodologiche</b>
Riconoscere i benefici che l'attività sportiva all'aria aperta determina sull'organismo	Fare sport all'aria aperta: il Trekking	Lezioni frontali ed interattive. Discussioni guidate. Didattica attiva e laboratoriale. Cooperative learning. Flipped classroom. Problem solving.

## METODOLOGIA - STRUMENTI - VERIFICA E SOSTEGNO E /O RECUPERO

METODOLOGIA		STRUMENTI		MODALITÀ DI VERIFICA		MODALITÀ SOSTEGNO E/O RECUPERO	
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 semistrustrate	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		
Flipped Classroom				Project Work			

VERIFICHE IN RELAZIONE AGLI OBIETTIVI IN ITINERE	VERIFICHE SOMMATIVE N. 6	Trimestre min. 3 (tra orale e pratico)	Pentamestre min. 4 (tra orale e pratico)
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	

## RECUPERO

FASE	DURATA	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI
TRIMESTRE PENTAMESTRE	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 all'allievo i contenuti ritenuti essenziali per il recupero delle lacune evidenziate.

## CRITERI DI VALUTAZIONE PROVE SCRITTE/ORALI E PRATICHE

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 **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 per ogni singolo studente

## CRITERI DI VALUTAZIONE COMPORTAMENTO

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 extra-curricolari 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