



## **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 QUINTA**

**Prof.ssa LOFARO GIOVANNA**

L COORDINATORE PROF.SSA CARMELINA LILIANA

IL DIRIGENTE SCOLASTICO PROF.SSA MARISTELLA SPEZZANO

Data di presentazione 26/10/2023

- Discreta padronanza delle capacità motorie.
- Applicare con una certa autonomia le conoscenze acquisite negli anni precedenti.
- Saper rispettare gli altri, le regole e le consegne
- Conoscere i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale e altrui.
- Saper cooperare nello svolgimento delle attività e nell'assunzione di compiti.

LIVELLI DI APPRENDIMENTO RILEVATI IN INGRESSO

ASSE SCIENTIFICO-TECNOLOGICO	CONOSCENZE	ABILITÀ	COMPETENZE
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE	- Conoscono le caratteristiche e le principali metodologie dell'allenamento sportivo e delle capacità condizionali. - Conoscono le regole, i fondamentali di gioco e i principali gesti arbitrari dell'attività sportiva praticata. - Conoscono i principi nutritivi che supportano una sana alimentazione. - Conoscono i principali atteggiamenti comunicativi del nostro corpo	- Eseguono attività finalizzate al miglioramento delle capacità condizionali - Applicano idonei comportamenti alimentari in funzione del fabbisogno energetico. - Utilizzano gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri.	- Creano una progressione didattica per il miglioramento di una o più capacità condizionale - Interagiscono con i compagni utilizzando il linguaggio del corpo - Gestiscono ed analizzano i risultati delle proprie prestazioni, valutandone i punti di forza e di debolezza. - Abbinano una corretta alimentazione in funzione dell'attività fisica da svolgere. - Individuano e pianificare attività finalizzate al miglioramento delle capacità condizionali.

DISCIPLINE	LIVELLO ESSENZIALE	LIVELLO SODDISFACENTE	LIVELLO BUONO	LIVELLO ECCELLENTE
	N. studenti	N. studenti	N. studenti	N. studenti
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE			9	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
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 quinta classe**

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ipotizzare soluzioni per rafforzare i valori dello sport anche con l'elaborazione di una "Carta etica del tifoso".</li> <li>- Orientarsi nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici</li> <li>- Avvalersi dell'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.</li> <li>- Saper percepire sulla propria persona gli effetti di un sana attività psico-fisica.</li> <li>- Interagire in gruppo nel riconoscimento dei diritti fondamentali degli altri.</li> <li>- Affrontare situazioni problematiche di varia natura, scegliendo in modo flessibile e personalizzato le strategie di risoluzione del problema.</li> <li>- Individuare e scegliere i comportamenti idonei durante la pratica sportiva e poi trasferirli nella vita quotidiana.</li> <li>- Utilizzare uno strumento tecnologico utile all'attività sportiva.</li> <li>- Mettere in atto comportamenti responsabili durante la pratica e lo svolgimento di attività motorie.</li> </ul>
---

## ARTICOLAZIONE DELLA PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE

FASE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI
<b>TRIMESTRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza.</li> <li>- Conoscere le regole, i fondamentali di gioco e i principali gesti arbitrari dell'attività sportiva praticata.</li> <li>- Conoscere l'aspetto educativo dello sport e la sua funzione in ambito sociale.</li> <li>- Conoscere i principali movimenti del corpo umano e saperli eseguire in funzione della conoscenza della terminologia acquisita</li> </ul>	<p><b>SALUTE E BENESSERE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Le dipendenze:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Conoscere per prevenire,</li> <li>❖ uso, abuso e dipendenza,</li> <li>❖ il tabacco, l'alcool e i loro effetti,</li> <li>❖ le droghe e i loro effetti,</li> <li>❖ le dipendenze comportamentali.</li> </ul> </li> </ul> <p><b>SPORT, REGOLE E FAIR PLAY</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lo sport e i suoi principi</li> <li>- <u>Sport di squadra</u>:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Ultimate.</li> <li>❖ Rugby</li> </ul> </li> <li>- <u>Sport individuali</u>:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ l'Atletica leggera: i lanci.</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>- Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza.</li> <li>- Conoscere le principali organizzazioni sportive in Italia e nel mondo.</li> <li>- Conoscere i più comuni strumenti tecnologici utilizzati negli sport.</li> <li>- Conoscere i comportamenti da adottare per un utilizzo sicuro del cicloturismo.</li> <li>- Conoscere le principali norme di sicurezza negli ambienti naturali e artificiali.</li> <li>- Conoscere i principali movimenti del corpo umano e saperli eseguire in funzione della conoscenza della terminologia acquisita</li> </ul>	<p><b>SALUTE E BENESSERE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Il doping:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Che cos'è il doping,</li> <li>❖ Le sostanze sempre proibite,</li> <li>❖ le sostanze proibite in competizione,</li> <li>❖ I metodi proibiti,</li> <li>❖ le sostanze non soggette a restrizioni.</li> </ul> </li> </ul> <p>- <b>LE ORGANIZZAZIONI SPORTIVE IN ITALIA E NEL MONDO</b></p> <p>- <b>LE OLIMPIADI</b></p> <p>- <b>TECNOLOGIA E MOVIMENTO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gli strumenti utili all'attività fisica</li> </ul> <p><b>ATTIVITÀ IN AMBIENTE NATURALE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fare sport all'aria aperta:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ il cicloturismo</li> </ul> </li> </ul> <p><b>SICUREZZA E PREVENZIONE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Sicurezza in acqua.</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
<b>COSTITUZIONE</b>	<b>LIBERTÀ PARTECIPAZIONE E LEGALITÀ</b> Lo Sport, i suoi principi, il Fair play	- Rispettare l'ambiente, curarlo, conservarlo, migliorarlo, assumendo il principio di responsabilità.	- Conoscere i principi dello sport che educano alla legalità	1
<b>TOT ORE</b>				1
<b>ATTIVITÀ</b>	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 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.			

PERCORSO INTERDISCIPLINARE (1)		
<b>Titolo</b>	<b>Uomo e natura</b>	
<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 kayak	Lezioni frontali ed interattive. Discussioni guidate. Didattica attiva e laboratoriale. Cooperative learning. Flipped classroom. Problem solving.

**PERCORSO INTERDISCIPLINARE (2)**

<b>Titolo</b>	<b>Donne nella società</b>	
<b>Prerequisiti</b>	Conoscere le origini storiche della figura della donna nello sport.	
<b>Verifiche</b>	Vedi programmazione dipartimentale	
<b>Tempi</b>	Trimestre	
<b>Obiettivi di apprendimento</b>	<b>Contenuti disciplinari</b>	<b>Strategie Metodologiche</b>
- Conoscere i "lacci culturali" che ancora oggi, in alcuni Paesi, impediscono alla donna di praticare sport.	- Figure femminili nello sport.	Lezioni frontali ed interattive. Discussioni guidate. Didattica attiva e laboratoriale. Cooperative learning. Flipped classroom. Problem solving.

**PERCORSO INTERDISCIPLINARE (3)**

<b>Titolo</b>	<b>Ragione e follia</b>	
<b>Prerequisiti</b>	Conoscere e vivere i valori educativi dello sport	
<b>Verifiche</b>	Vedi programmazione dipartimentale	
<b>Tempi</b>	Pentarimestre	
<b>Obiettivi di apprendimento</b>	<b>Contenuti disciplinari</b>	<b>Strategie Metodologiche</b>
Promuovere scelte di vita consapevoli e responsabili.	Il doping: una pratica illecita	Lezioni frontali ed interattive, cooperative learning, problem solving

PERCORSO INTERDISCIPLINARE (4)		
<b>Titolo</b>	<b>Il tempo</b>	
<b>Prerequisiti</b>	Conoscere l'importanza del "tempo" nell'allenamento sportivo	
<b>Verifiche</b>	Vedi programmazione dipartimentale	
<b>Tempi</b>	Pentamestre	
<b>Obiettivi di apprendimento</b>	<b>Contenuti disciplinari</b>	<b>Strategie Metodologiche</b>
Comprendere il concetto di tempo e le sue variabili nello sport	La percezione del tempo negli atleti	Lezioni frontali ed interattive, cooperative learning, 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 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			

VERIFICHE IN RELAZIONE AGLI OBIETTIVI IN ITINERE	VERIFICHE SOMMATIVE (min.7 tra orale e pratico)	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 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 allievi 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