



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 - WWW.NOSTROREPACI.EDU.IT

PROGRAMMAZIONE INDIVIDUALE

Anno Scolastico 2023/2024

LICEO SCIENTIFICO OPZ. SCIENZE APPLICATE

MATERIA SCIENZE MOTORIE.

CLASSE QUINTA

Prof.ssa LOFARO GIOVANNA

IL COORDINATORE PROF.SSA BARBARO LUCREZIA

IL DIRIGENTE SCOLASTICO PROF.SSA MARISTELLA SPEZZANO

Data di presentazione 24/10/2023

OPZIONE SCIENZE APPLICATE

- 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 arbitrali 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 | 5 | 8 | 6 | |

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"> - Ipotizzare soluzioni per rafforzare i valori dello sport anche con l'elaborazione di una "Carta etica del tifoso". - Orientarsi nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici - Avvalersi dell'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali. - Saper percepire sulla propria persona gli effetti di un sana attività psico-fisica. - Interagire in gruppo nel riconoscimento dei diritti fondamentali degli altri. - Affrontare situazioni problematiche di varia natura, scegliendo in modo flessibile e personalizzato le strategie di risoluzione del problema. - Individuare e scegliere i comportamenti idonei durante la pratica sportiva e poi trasferirli nella vita quotidiana. - Utilizzare uno strumento tecnologico utile all'attività sportiva. - Mettere in atto comportamenti responsabili durante la pratica e lo svolgimento di attività motorie. |
|---|

ARTICOLAZIONE DELLA PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE

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

| PERCORSO INTERDISCIPLINARE DI EDUCAZIONE CIVICA | | | | |
|---|--|--|--|----------------|
| NUCLEI | TEMATICHE | COMPETENZE Riferite al PECUP (aLL. C - linee guida 23/06/2020) | CONOSCENZE/ABILITÀ | ORE |
| COSTITUZIONE | LIBERTÀ PARTECIPAZIONE E LEGALITÀ La carta europea dello sport | - Rispettare l'ambiente, curarlo, conservarlo, migliorarlo, assumendo il principio di responsabilità. | - Conoscere i principi dello sport che educano alla legalità | 1 |
| | | | | TOT ORE |
| 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 (1) | | | |
|---|---|---|--|
| Titolo | RAPPORTO UOMO-AMBIENTE | | |
| Prerequisiti | Essere disponibile a entrare in armonia con la natura | | |
| Verifiche | Vedi programmazione coordinata di classe | | |
| Tempi | Trimestre | | |
| Obiettivi di apprendimento | Contenuti disciplinari | Strategie Metodologiche | |
| Riconoscere i benefici che l'attività sportiva all'aria aperta determina sull'organismo | Fare sport in ambiente naturale: il kayak | Lezioni frontali ed interattive. Discussioni guidate. Didattica attiva e laboratoriale. Cooperative learning. Flipped classroom. Problem solving. | |

| PERCORSO INTERDISCIPLINARE (2) | |
|--------------------------------|---|
| Titolo | DONNE E SOCIETÀ |
| Prerequisiti | Conoscere le origini storiche della figura della donna nello sport. |
| Verifiche | Vedi programmazione dipartimentale |
| Tempi | Pentamestre |

| Obiettivi di apprendimento | Contenuti disciplinari | Strategie Metodologiche |
|--|---------------------------------|---|
| - 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) | | |
|---|--|--|
| Titolo | LA GUERRA FUORI E DENTRO DI NOI | |
| Prerequisiti | Conoscere e vivere i valori educativi dello sport | |
| Verifiche | Vedi programmazione dipartimentale | |
| Tempi | Pentamestre | |
| Obiettivi di apprendimento | Contenuti disciplinari | Strategie Metodologiche |
| Promuovere e vivere i valori positivi dello sport | Le Olimpiadi: luoghi di incontri e confronti multietnici | Lezioni frontali ed interattive, cooperative learning, problem solving |

| PERCORSO INTERDISCIPLINARE (4) | | |
|---|--|--|
| Titolo | IL TEMPO: UNA QUESTIONE DI SPAZIO | |
| Prerequisiti | Conoscere l'importanza del "tempo" nell'allenamento sportivo | |
| Verifiche | Vedi programmazione dipartimentale | |
| Tempi | Pentamestre | |
| Obiettivi di apprendimento | Contenuti disciplinari | Strategie Metodologiche |
| 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 | | Laboratorio | | Ricerche e/o tesine | X | Questionari | X |
| Didattica laboratoriale | | Lim | X | Test | X | | |
| Classroom Debate | X | Piattaforma Gsuite | X | Questionari | X | | |
| Flipperd 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, all'allievo 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 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 studenti 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 TRIMESTRE: avrà carattere sommativo tra le singole valutazioni pratiche e teoriche a cui lo studente è stato sottoposto nel corso del trimestre.

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 dell'alunno 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 |
|---------------------------------|--|-------------|
| Conoscenza dei contenuti | 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 |
| Capacità di applicazione | 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 |
| Impegno | 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 |
| Interesse | 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 |
| Partecipazione | 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 |