



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 AD INDIRIZZO SPORTIVO

MATERIA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

CLASSE 4[^] SEZ. I

PROF SANTI GIUSEPPE LA FAUCI

IL COORDINATORE

PROF.SSA GIOVANNA LOFARO

IL DIRIGENTE SCOLASTICO

PROF.SSA MARISTELLA SPEZZANO

Data presentazione: 30 ottobre 2023

**PREREQUISITI DI ACCESSO AL PROGRAMMA DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE DELLA
CLASSE 4^A DEL LICEO SCIENTIFICO AD INDIRIZZO SPORTIVO**

LIVELLI DI APPRENDIMENTO RILEVATI IN INGRESSO

ASSE SCIENTIFICO-TECNOLOGICO	CONOSCENZE	ABILITÀ	COMPETENZE
Disciplina SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE	<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere la classificazione delle capacità motorie. - Conoscere le capacità coordinative, come poterle migliorare per applicarle adeguatamente durante le attività pratiche. - Conoscere le regole, i fondamentali di gioco e i principali gesti arbitrari dell'attività sportiva praticata. - Conoscere le condotte da adottare durante le attività di trekking e la classificazione degli itinerari. - Conoscere i principali movimenti del corpo umano e saperli eseguire in funzione della conoscenza della terminologia acquisita 	<ul style="list-style-type: none"> - Eeguire attività in grado di migliorare le capacità coordinative motorie. - Riconoscere le capacità coordinative coinvolte nei vari movimenti durante l'attività pratica. - Praticare attivamente i valori sportivi (fair-play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole. - Trasferire i valori culturali appresi in campo sportivo nella vita quotidiana. - Sapersi muovere in sicurezza nei diversi ambienti naturali. - Muovere consapevolmente il proprio corpo in movimento nello spazio e nel tempo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Creare una progressione di esercizi per il miglioramento delle capacità coordinative di uno o più distretti corporei. - 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. - Assumere comportamenti responsabili durante la pratica e lo svolgimento di attività motorie. - Avvalersi dell'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.

DISCIPLINA	LIVELLO INSUFFICIENTE	LIVELLO ESSENZIALE	LIVELLO SODDISFACENTE	LIVELLO BUONO	LIVELLO ECCELLENTE
	N. Alunni	N. Alunni	N. Alunni	N. Alunni	N. Alunni
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE	===	7	5	5	===

LEGENDA LIVELLI

LIVELLO INSUFFICIENTE -1 (esprimibile solo per le classi prime)

L'alunno esegue compiti in modo parziale e non possiede sufficiente consapevolezza delle conoscenze (l'allievo raggiunge meno del 50% degli esiti previsti nell'asse culturale di riferimento)

LIVELLO ESSENZIALE 1.

L'alunno esegue compiti in forma guidata e dimostra una basilare consapevolezza delle conoscenze (l'allievo raggiunge dal 50% al 65% degli esiti previsti nell'asse culturale di riferimento)

LIVELLO SODDISFACENTE 2.

L'alunno esegue compiti in modo autonomo, con discreta consapevolezza e padronanza delle conoscenze (l'allievo raggiunge dal 66% all'80% degli esiti previsti nell'asse culturale di riferimento)

LIVELLO BUONO 3.

L'alunno esegue compiti in modo autonomo e responsabile con buona consapevolezza e padronanza delle conoscenze (l'allievo raggiunge dall'81% al 90% degli esiti previsti)

LIVELLO ECCELLENTE 4.

L'alunno esegue compiti in modo autonomo e responsabile con una ottima consapevolezza e padronanza delle conoscenze (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
COSTRUZIONE DEL SÉ	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
RELAZIONE CON GLI ALTRI	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
RAPPORTO CON LA REALTÀ NATURALE E SOCIALE	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 4^a Classe del Liceo scientifico ad indirizzo sportivo

- Creare una progressione didattica per il miglioramento di una o più capacità condizionale .
- interagire con i compagni utilizzando il linguaggio del corpo
- gestire ed analizzare i risultati delle proprie prestazioni, valutandone i punti di forza e di debolezza.
- abbinare una corretta alimentazione in funzione dell'attività fisica da svolgere.
- avvalersi dell'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.
- essere in grado di creare una progressione di esercizi per il miglioramento delle capacità condizionali.
- individuare e pianificare attività finalizzate al miglioramento delle capacità condizionali.
- assumere comportamenti responsabili durante la pratica e lo svolgimento di attività motorie

Articolazione della Programmazione Disciplinare

FASE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI
TRIMESTRE	<p>Eseguire attività finalizzate al miglioramento delle capacità condizionali.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Praticare attivamente i valori sportivi (fair-play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole. - Essere in grado di organizzare la fase di riscaldamento. - Applicare idonei comportamenti alimentari in funzione del fabbisogno energetico. - Saper trasferire i valori culturali appresi in campo sportivo nella vita quotidiana. - Muovere consapevolmente il proprio corpo in movimento nello spazio e nel tempo. - Eseguire movimenti semplici e complessi in situazioni statiche e dinamiche 	<p>VALUTAZIONE MOTORIA</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Somministrazione di test fisici per la valutazione delle principali capacità motorie. <p>CAPACITÀ CONDIZIONALI E ALLENAMENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Forza, resistenza, velocità e flessibilità ▪ L'allenamento sportivo <p>SPORT, REGOLE E FAIR PLAY</p> <ul style="list-style-type: none"> - <u>Sport di squadra:</u> ▪ l'Unihockey. <p>SALUTE E BENESSERE</p> <ul style="list-style-type: none"> - Una sana alimentazione: ▪ Gli alimenti nutrienti, il fabbisogno: energetico, plastico, bioregolatore e idrico, ▪ Il metabolismo energetico, ▪ La composizione corporea, ▪ Una dieta equilibrata, ▪ L'alimentazione e lo sport. <p>ATTIVITÀ IN AMBIENTE NATURALE</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fare sport all'aria aperta: ▪ l'Arrampicata sportiva. <ul style="list-style-type: none"> ▪ ATTIVITÀ PRATICHE E SPORTIVE FINALIZZATE ALLO SVILUPPO E AL CONSOLIDAMENTO DELLE CAPACITÀ PSICO-MOTORIE.
PENTA MESTRE	<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere le principali metodologie di allenamento per il miglioramento delle capacità coordinative . - Conoscere i principali attrezzi utilizzati nelle attività sportive praticate. - Conoscere i principali atteggiamenti comunicativi del nostro corpo. - Conoscere i principali movimenti del corpo umano e saperli eseguire in funzione della conoscenza della terminologia acquisita 	<p>SPORT, REGOLE E FAIR PLAY</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sport di squadra: ▪ la Pallamano. <p>SALUTE E BENESSERE</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'attività fisica: ▪ la ginnastica dolce ▪ la respirazione ▪ il rilassamento ▪ lo Yoga, ▪ il metodo Pilates <p>SICUREZZA E PREVENZIONE</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sicurezza in montagna - Il primo soccorso <p>SPORT, REGOLE E FAIR PLAY</p> <ul style="list-style-type: none"> - <u>Sport individuali:</u> ▪ l'Atletica leggera: i salti. ▪ La Ginnastica. <p>CAPACITÀ E ABILITÀ ESPRESSIVE</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Il linguaggio del corpo. <ul style="list-style-type: none"> ▪ ATTIVITÀ PRATICHE E SPORTIVE FINALIZZATE ALLO SVILUPPO E AL CONSOLIDAMENTO DELLE CAPACITÀ PSICO-MOTORIE.

EDUCAZIONE CIVICA				
NUCLEI	TEMATICHE	COMPETENZE RIFERITE AL PECUP (ALL C - LINEE GUIDA 23/06/2020)	CONOSCENZE/ ABILITA'	Ore
COSTITUZIONE	LEGALITÀ	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 i principi dello sport che educano alla legalità: <ul style="list-style-type: none"> Che cos'è il fair play Lo sport: che cos'è e che cosa non deve essere Come vivere lo sport Essere in grado di gestire le proprie emozioni in situazioni "estreme".	2
	La legalità le mafie e la cultura mafiosa			
	L'EDUCAZIONE AI VALORI ATTRAVERSO LO SPORT			
MODULO INTERDISCIPLINARE				
DIRITTI, TERRITORIO E AMBIENTE	SPORT E TERRITORIO	Prendere coscienza delle situazioni e delle forme del disagio giovanile ed adulto nella società contemporanea e comportarsi in modo da promuovere il benessere fisico, psicologico, morale e sociale. Rispettare l'ambiente, curarlo, conservarlo, migliorarlo, assumendo il principio di responsabilità.	Riuscire ad individuare discipline sportive che possono essere praticate dai giovani in ambiente naturale	1
	LA TUTELA DELL'AMBIENTE			
	QUANDO LO SPORT INCONTRA LA NATURA			
TOTALE ORE				3
ATTIVITA'	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 virtuali, Esperienze extrascolastiche			
STRATEGIE METODOLOGICHE	Didattica attiva e laboratoriale, Cooperative learning, Flipped classroom, Problem solving			

PERCORSO INTERDISCIPLINARE		
Titolo:	ETICA E SPORT	
Prerequisiti:	Riconoscere i valori, anche nella vita quotidiana, che lo sport trasmette	
Verifiche e tempi:	Vedi programmazione asse disciplinare (trimestre)	
Obiettivi di Apprendimento	Contenuti disciplinari	Strategie Metodologiche
Educare alla convivenza civile attraverso i valori che lo sport trasmette	L'educazione ai valori attraverso lo sport: <ul style="list-style-type: none"> Che cos'è il fair play Lo sport: che cos'è e che cosa non deve essere Come vivere lo sport 	Lezione frontale e dialogata Ricerca di materiale sul web Audiovisivi

PERCORSO INTERDISCIPLINARE		
Titolo:	DAL MITO ALLA SCIENZA	
Prerequisiti:	Riconoscere le continue scoperte della scienza anche in campo sportivo come elemento di progresso dell'uomo	
Verifiche e tempi:	Vedi programmazione asse disciplinare (pentamestre)	
Obiettivi di Apprendimento	Contenuti disciplinari	Strategie Metodologiche
Riconoscere il progresso scientifico nell'ambito dell'evoluzione dello sport	Evoluzione dei materiali e delle attrezzature sportive utilizzati dagli atleti con disabilità sportive	Lezione frontale e dialogata Ricerca di materiale sul web Audiovisivi

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)	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

Oltre alle verifiche orali, 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 TRI-PENTAMESTRALE 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)

Indicatori di apprendimento	Livelli di prestazione	Valutaz.
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

Il Docente

Prof Santi Giuseppe La Fauci