



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

VIA RIVIERA, 10 – 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. 0965/795349 - E-MAIL RCIS03600Q@ISTRUZIONE.IT - WWW.NOSTROREPACI.GOV.IT

PROGRAMMAZIONE INDIVIDUALE

ANNO SCOLASTICO 2020/2021

LICEO CLASSICO

MATERIA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

CLASSE 5^C

PROF. SSA: IOFARO GIOVANNA

DATA DI PRESENTAZIONE 31/10/2020

Prerequisiti di accesso al programma di Scienze Motorie e Sportive della classe 5^a C Liceo Classico

- 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

DISCIPLINA	CONOSCENZE	ABILITÀ	COMPETENZE
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE	<ul style="list-style-type: none"> - 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 	<ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<ul style="list-style-type: none"> - 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 pianificano attività finalizzate al miglioramento delle capacità condizionali.

DISCIPLINE	LIVELLO ESSENZIALE	LIVELLO SODDISFACENTE	LIVELLO BUONO	LIVELLO ECCELLENTE
	N. alunni	N. alunni	N. alunni	N. alunni
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE	1	3	7	

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
Costruzione del sè	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

Identificazione livello di apprendimento da raggiungere al termine del percorso didattico-formativo della quinta classe

- 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
1[^] QUADRIMESTRE	<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 kayak. - 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 	<p>SALUTE E BENESSERE</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <p>SPORT, REGOLE E FAIR PLAY</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lo sport e i suoi principi - <u>Sport di squadra:</u> ❖ il Rugby. <p>ATTIVITÀ IN AMBIENTE NATURALE</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fare sport all'aria aperta: ❖ Il kayak. <p>SICUREZZA E PREVENZIONE</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Sicurezza in acqua. <p>- Attività pratiche finalizzate allo sviluppo e al consolidamento delle capacità psico-motorie, praticate nel rispetto delle normative vigenti sul COVID-19.</p>
2[^] QUADRIMESTRE	<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 	<p>SALUTE E BENESSERE</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <p>SPORT, REGOLE E FAIR PLAY</p> <ul style="list-style-type: none"> - <u>Sport individuali:</u> ❖ l'Atletica leggera: i lanci. <p>- LE ORGANIZZAZIONI SPORTIVE IN ITALIA E NEL MONDO</p> <p>- LE OLIMPIADI</p> <p>- TECNOLOGIA E MOVIMENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gli strumenti utili all'attività fisica <p>- Attività pratiche finalizzate allo sviluppo e al consolidamento delle capacità psico-motorie, praticate nel rispetto delle normative vigenti sul COVID-19.</p>

--	--	--

EDUCAZIONE CIVICA				
NUCLEI	TEMATICHE	COMPETENZE <i>Riferite al PECUP (aLL. C - linee guida 23/06/2020)</i>	CONOSCENZE/ABILITÀ	ORE
COSTITUZIONE	SPORT, REGOLE E FAIR PLAY: Lo sport e i suoi principi. Doping. Codice WADa	Conoscere i valori che ispirano gli ordinamenti comunitari e internazionali, nonché i loro compiti e funzioni essenziali.	Vivere il confronto sportivo e non con un'etica corretta e rispettando le regole.	2
SVILUPPO SOSTENIBILE	SALUTE E BENESSERE: Uso, abuso e dipendenze	Adottare i comportamenti più adeguati per la tutela della sicurezza propria, degli altri e dell'ambiente in cui si vive, in condizioni ordinarie o straordinarie di pericolo, curando l'acquisizione di elementi formativi di base in materia di primo intervento e protezione civile.	Riconoscere la differenza tra uso, abuso e dipendenza per fare scelte di vita responsabili e consapevoli.	1
TOT ORE				3
ATTIVITÀ	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.			
STRATEGIE METODOLOGICHE	Didattica attiva e laboratoriale. Cooperative learning. Flipped classroom. Problem solving.			

PERCORSO INTERDISCIPLINARE (1)

Titolo	Uomo e natura	
Prerequisiti	Dimostrarsi disponibili a vivere nuove e diverse esperienze motorie	
Verifiche	Vedi programmazione dipartimentale	
Obiettivi di apprendimento	Contenuti disciplinari	Strategie Metodologiche
Riconoscere i benefici che l'attività sportiva all'aria aperta determina sull'organismo.	Fare sport in montagna	Lezioni frontali ed interattive, cooperative learning, problem solving

PERCORSO INTERDISCIPLINARE (2)

Titolo	Intellettuale e potere	
Prerequisiti	Conoscere in modo adeguato il periodo storico di riferimento.	
Verifiche	Vedi programmazione dipartimentale	
Obiettivi di apprendimento	Contenuti disciplinari	Strategie Metodologiche
Conoscere l'influenza che lo sport ha avuto nella diffusione delle ideologie politiche.	Lo sport al tempo delle dittature p. 229-233	Lezioni frontali ed interattive, cooperative learning, problem solving

PERCORSO INTERDISCIPLINARE (3)

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

PERCORSO INTERDISCIPLINARE (4)

Titolo	Il tempo		
Prerequisiti	Conoscere l'importanza del "tempo" nell'allenamento sportivo		
Verifiche	Vedi programmazione dipartimentale		
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	

PERCORSO INTERDISCIPLINARE (5)

Titolo	Valori e disvalori		
Prerequisiti	Conoscere l'importanza delle regole		
Verifiche	Vedi programmazione dipartimentale		
Obiettivi di apprendimento	Contenuti disciplinari	Strategie Metodologiche	

L' educazione ai valori attraverso lo sport	Lo sport e i suoi principi. Doping. Codice WADa (come modulo di Educ. civica)	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	X	Interrogazione orale	X	Mirato intervento del docente	X
Lavoro di gruppo	X	Lavagna luminosa	X	Verifica scritta	X	Lavoro autonomo	X
Cooperative learning	X	Audiovisivi		Prove strutturate e/o semistrutturate	X	IDEI	
Problem solving/po-ning	X	Dispense	X	Compiti a casa		Ricerca-azione	
Lezione interattiva e partecipata		Laboratorio		Ricerche e/o tesine	X	Questionari	X
Didattica laboratoriale		Riviste scientifiche	X	Brevi interventi	X		
Didattica per progetti	X	Lim	X	Test	X		
Problem Solving/Poning		Osservazione diretta e sistematica	X				

VERIFICHE IN RELAZIONE AGLI OBIETTIVI IN ITINERE	VERIFICHE SOMMATIVE N. 3	1^ quadrimestre N. 3	2^ quadrimestre N. 3
TIPOLOGIA C (quesiti a risposta multipla,v/f)	X	X	X
PROVE STRUTTURATE (RIASSUNTO, RELAZIONE)	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
1 QUADR./ 2 QUADR.	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 allievo.

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 QUADRIMESTRALE E FINALE

VALUTAZIONE TRIMESTRE: avrà carattere sommativo tra le singole valutazioni pratiche e teoriche a cui l'allievo 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 l'allievo/a 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 ALUNNI 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