



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

via Marconi, 77 – 89018 – VILLA S. GIOVANNI (RC) - Cod. Mecc. RCIS03600Q

con sedi associate :

IST. MAGISTRALE "L. NOSTRO"–RCPM036017 - I.T.C. "L. REPACI "–RCTD036012

Dirigenza: Tel. 0965/499482 – Segreteria e Fax : Tel. 0965/499480 – Centralino: Tel. 0965/499481

e-mail RCIS03600Q@istruzione.it - www.nostrorepaci.it

PROGRAMMAZIONE INDIVIDUALE

ANNO SCOLASTICO 2018/2019

LICEO LINGUISTICO

MATERIA: SCIENZE MOTORIE

CLASSE: 3[^] SEZ. B

PROF. DELFINO SANTO

DATA DI PRESENTAZIONE 20/10/2018

Prerequisiti di accesso al programma di scienze motorie della classe terza Liceo Linguistico

- Sufficiente consolidamento delle abilità di base.
- Applicare con una certa autonomia le conoscenze acquisite.
- Sapersi relazionare con gli altri.
- Conoscere il linguaggio specifico della disciplina.
- Saper rispettare le regole e le consegne

Livelli di apprendimento rilevati in ingresso

Per avere consapevolezza dei progressi fatti nel corso degli anni passati sono stati somministrate agli alunni due tipologie di prove. La prima, riguardante la parte pratica, era composta da una serie di test per la valutazione delle principali capacità motorie; la seconda ha inteso verificare le conoscenze teoriche di argomenti a carattere generale. Dai risultati emersi si può evincere che quasi tutti gli allievi sono in possesso dei prerequisiti di base necessari per poter affrontare il percorso formativo della prima classe.

Disciplina	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 di alcuni sport di squadra. -- Utilizzare con una certa consapevolezza il proprio corpo.

DISCIPLINE	LIVELLO ESSENZIALE	LIVELLO SODDISFACENTE	LIVELLO BUONO	LIVELLO ECCELLENTE
	n. alunni	n. alunni	n. alunni	n. alunni
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE	7	5	11	

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 sé	1) Imparare ad imparare.	1) Essere in grado di organizzare il proprio tempo e il proprio apprendimento.
	2) Progettare	2) Utilizzare le conoscenze e le esperienze pregresse per stabilire obiettivi significativi e realistici.
Relazione con gli altri	3) Comunicare	3) Utilizzare i linguaggi specifici e non per interagire con i compagni e con il docente.
	4) Collaborare e partecipare	4) Valorizzare le proprie e altrui capacità, rendendo positivo il conflitto e l'agonismo.
	5) Agire in modo autonomo e responsabile	5) Riconoscere e rispettare i diritti, i bisogni altrui e le opportunità comuni.
Rapporto con la realtà naturale e sociale	6) Risolvere problemi	6) Costruire e verificare ipotesi di soluzione per risolvere problemi di vario genere.
	7) Individuare collegamenti e relazioni	7) Riuscire ad individuare una tipologia di capacità motoria e relazionarla con altri tipi di attività.
	8) Acquisire e interpretare l'informazione.	8) 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 terza classe

Disciplina	Conoscenze	Abilità	Competenze
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE	<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere i principi fondamentali dell'allenamento sportivo. - Conoscere gli elementi basilari delle capacità condizionali. - Conoscere i più conosciuti sport praticati sulla neve. - Conoscere i traumi più frequenti nella pratica sportiva. - Conoscere le principali norme di: <ul style="list-style-type: none"> ➤ prevenzione e sicurezza a scuola e in palestra; ➤ primo soccorso. - Attività sportive: badminton, calcio, pallamano, atletica leggera schema (le corse). 	<ul style="list-style-type: none"> - Essere in grado di eseguire azioni motorie semplici in modo consapevole e corretto. - Saper riconoscere un trauma in relazione all'accaduto . - Essere in grado di riconoscere le principali capacità condizionali coinvolte nei movimenti. - Rispettare le regole di comportamento in palestra e il regolamento d'Istituto. 	<ul style="list-style-type: none"> - Saper rispettare e valorizzare il proprio corpo attraverso una sana e regolare attività motoria ed assumere comportamenti equilibrati per un corretto stile di vita. - Riconoscere le principali capacità condizionali coinvolte nei vari movimenti.. - Offrire risposte d'intervento pertinenti al trauma sportivo incontrato.
	OBIETTIVI MINIMI: <ul style="list-style-type: none"> • Elaborare risposte motorie e non adeguate alle situazioni che si presentano nel corso delle lezioni. • Conoscere in modo essenziale i contenuti disciplinari proposti. • Possedere gli elementi base del primo soccorso. 		

	<p>OBIETTIVI PER LE ECCELLENZE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conoscere le basi dei regolamenti sportivi e dei principali gesti di arbitraggio degli sport studiati. • Essere in grado di adottare comportamenti atti a prevenire infortuni per sé e per gli altri, acquisendo informazioni relative all'intervento di primo soccorso. • Essere in grado di eseguire movimenti complessi in relazione alle variazioni delle situazioni di gioco e decodificare i codici non verbali delle attività di arbitraggio.
--	--

attraverso

Fase	Durata	Obiettivi di apprendimento in itinere	Contenuti	Attività
Trimestre	Ore 20 circa	<i>TEORIA</i>		
		<ul style="list-style-type: none"> - Conoscenza del proprio corpo e la sua funzionalità. - Conoscere i principi fondamentali dell'allenamento sportivo - Conoscenza delle metodiche di allenamento delle capacità motorie. 	<ul style="list-style-type: none"> - I pilastri della salute: l'attività fisica, postura e salute. - I principi fondamentali dell'allenamento sportivo . - Capacità motorie: capacità condizionali. 	<ul style="list-style-type: none"> - Lezione frontale, approfondimenti anche con l'ausilio di materiale multimediale
		<i>PRATICA</i>		
		<ul style="list-style-type: none"> - Potenziamento fisiologico. -Rielaborazione degli schemi motori. -Consolidamento del carattere, sviluppo della socialità e del senso civico. - Conoscenza e pratica di attività sportive individuali e di squadra 	<ul style="list-style-type: none"> - Corsa con variazioni di ritmo e direzione, esercizi di allungamento, esercizi a carico naturale, esercizi di opposizione e resistenza, esercizi eseguiti con piccoli attrezzi, esercizi eseguiti con varietà di ampiezza, ritmo e in situazioni spazio temporali variate, esercizi di rilassamento, esercizi per il controllo segmentario e per il controllo della respirazione, esercizi di equilibrio, circuiti misti. - Esercitazioni sui fondamentali individuali degli sport di squadra. - Sport individuali: tennis tavolo dama (incontri liberi e mini tornei), 	<ul style="list-style-type: none"> - Attività pratiche singole e/o di gruppo
		<i>TEORIA</i>		
		<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere le principali norme di primo soccorso e di prevenzione degli infortuni . - Conoscenza dei più diffusi sport praticati sulla neve. 	<ul style="list-style-type: none"> -Vita quotidiana e sicurezza: la sicurezza a scuola, incidenti domestici e prevenzione, sicurezza in palestra. - Norme di Primo soccorso - Attività sportive: 	<ul style="list-style-type: none"> - Lezione frontale, approfondimenti anche con l'ausilio di materiale multimediale

Pentame- stre	36 ore circa		badminton, calcio, pallamano, atletica leggera. - Attività in ambiente naturale : gli sport della neve.	
		<i>PRATICA</i>		
		- Potenziamento fisiologico. -Rielaborazione degli schemi motori. -Consolidamento del carattere, sviluppo della socialità e del senso civico. - Conoscenza e pratica di attività sportive individuali e di squadra.	- Corsa con variazioni di ritmo e direzione, esercizi di allungamento, esercizi a carico naturale, esercizi di opposizione e resistenza, esercizi eseguiti con piccoli attrezzi, esercizi eseguiti con varietà di ampiezza, ritmo e in situazioni spazio temporali variate, esercizi di rilassamento, esercizi per il controllo segmentario e per il controllo della respirazione, esercizi di equilibrio, circuiti misti. - Esercitazioni sui fondamentali individuali degli sport di squadra. - Sport individuali: tennis tavolo dama (incontri liberi e mini tornei)	- Attività pratiche singole e/o di gruppo
		<p><u>MODULO DI CITTADINANZA E COSTITUZIONE: DEMOCRAZIA E CITTADINANZA</u></p> <p>“Valore etico dello sport”: la Carta Europea dello Sport</p>		

METODOLOGIA - STRUMENTI - VERIFICA E SOSTEGNO E/O RECUPERO

Metodologia		Strumenti		Modalità di verifica		Modalità sostegno e/o recupero	
<i>Lezione frontale</i>	X	<i>Libro di testo</i>	X	<i>Interrogazione orale</i>	X	<i>Mirato intervento del docente</i>	X
<i>Lavoro di gruppo</i>	X	<i>Lavagna luminosa</i>	X	<i>Verifica scritta</i>	X	<i>Lavoro autonomo</i>	
<i>Role playing</i>		<i>Audiovisivi</i>		<i>Prove strutturate e/o semistrutturate</i>	X	<i>IDEI</i>	
<i>Problem solving/poning</i>	X	<i>Dispense</i>	X	<i>Compiti a casa</i>		<i>Recupero in itinere</i>	X
<i>Lezione integrata</i>		<i>Laboratorio</i>		<i>Ricerche e/o tesine</i>	X		
<i>Didattica laboratoriale</i>		<i>Attività integrative</i>		<i>Brevi interventi</i>			
<i>Didattica per progetti</i>	X	<i>Lim</i>	X	<i>Test</i>	X		
<i>Ricerca-Azione</i>		<i>Osservazione diretta e sistematica</i>	X	<i>Questionari</i>			

RECUPERO: in relazione alla varietà delle lacune registrate, verranno proposti all'alunno, nel corso delle normali lezioni curriculari, i contenuti ritenuti più idonei per il recupero delle lacune evidenziate.

La **VALUTAZIONE** terrà conto del comportamento assunto dagli alunni in classe e in cortile, delle conoscenze acquisite, dei progressi effettivamente raggiunti in base alle capacità potenziali e ai livelli di partenza, dell'impegno profuso e dell'interesse dimostrati durante le lezioni, della precisione di esecuzione del gesto tecnico e della partecipazione attiva alle esercitazioni pratiche, elemento fondamentale, quest'ultimo, per la riuscita dell'intervento educativo. La valutazione degli alunni esonerati avverrà in base alle capacità di: osservazione, relazione, collaborazione con compagni ed insegnanti, anche tramite compiti di assistenza e arbitraggio nelle discipline sportive presenti nella programmazione.

Verranno attuate verifiche formative con controllo in itinere del processo educativo e di apprendimento (osservazione diretta e sistematica durante le lezioni); sommative con controllo dei risultati ottenuti nelle singole attività (prove pratiche, prove strutturate e semi-strutturate)

Criteria di valutazione prove pratiche, scritte e orali

Le prove pratiche saranno valutate in termini di interesse, partecipazione, impegno e capacità di applicazione dimostrati durante le lezioni, oltre che per i progressi nello sviluppo delle capacità motorie rilevati in ogni singolo allievo.

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.

(Si allega griglia di valutazione delle prove pratiche e scritte)

VERIFICHE IN RELAZIONE AGLI OBIETTIVI IN ITINERE	VERIFICHE SOMMATIVE N.3	TRIMESTRE N.1	PENTAMESTRE N.2
<i>Tipologia mista</i>		1	1
<i>Tipologia C (quesiti a risposta multipla, V-F)</i>		1	2
<i>Prove strutturate (riassunto, relazione)</i>			
<i>Osservazione diretta e sistematica</i>		X	X
<i>Interrogazione orale</i>	<i>ove occorra</i>		
<i>Brevi interventi</i>		X	X

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