



## **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](mailto:rcis03600q@istruzione.it)- [www.nostrorepaci.gov.it](http://www.nostrorepaci.gov.it)

### **PROGRAMMAZIONE INDIVIDUALE**

**Anno Scolastico 2019/2020**

**LICEO SCIENTIFICO**

**MATERIA: SCIENZE MOTORIE**

**CLASSE: II H**

**PROF LEANDRO LATELLA**

Data presentazione: 22/10/2019

## PREREQUISITI DI ACCESSO AL PROGRAMMA DI SCIENZE MOTORIE DELLA CLASSE II H

Efficienza e funzionalità di organi ed apparati; minima padronanza delle capacità motorie; Minima consapevolezza delle corrette abitudini per il conseguimento di un migliore stile di vita.

### LIVELLI DI APPRENDIMENTO RILEVATI IN INGRESSO

E' stata somministrata una batteria di test riguardanti la valutazione delle principali capacità motorie.

Dai risultati si può evincere che quasi tutti gli allievi sono in possesso dei prerequisiti di base necessari per poter affrontare il percorso formativo della classe seconda, anche se un sostanzioso gruppo ha dimostrato di possedere buone capacità motorie, frutto principalmente di una adeguata attività motoria pregressa.

ASSE SCIENTIFICO TECNOLOGICO	CONOSCENZE	ABILITÀ	COMPETENZE
<b>SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE</b>	Valutazione motoria. Cenni sui principali sistemi ed apparati del corpo umano; Cenni sul regolamento dei principali sport di squadra. Conoscere come comportarsi in caso di primo soccorso	Dimostrare di capire ed eseguire in forma sufficientemente corretta le attività di valutazione richieste. Saper intervenire correttamente nei casi più comuni di traumi	Essere in grado di riconoscere i principali sistemi ed apparati del corpo umano; Riconoscere alcune delle principali regole di alcuni sport di squadra; Essere in grado di riconoscere la capacità motoria corrispondente in funzione dell'attività proposta. Essere in grado di riconoscere i traumi più frequenti che avvengono durante la pratica sportiva ed essere in grado di intervenire adeguatamente.

DISCIPLINA	LIVELLO ESSENZIALE	LIVELLO SODDISFACENTE	LIVELLO BUONO	LIVELLO ECCELLENTE
	N. Alunni	N. Alunni	N. Alunni	N. Alunni
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE	/	9	14	3

### 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.

<b>Obiettivi specifici di apprendimento anche con l'utilizzo trasversale delle Competenze Chiave di Cittadinanza:</b>	<b>Competenze Attese</b>
<p><b>Imparare ad imparare</b> Disporsi in atteggiamento ricettivo ed utilizzare correttamente gli strumenti didattici, percorrendo consapevolmente le fasi del processo di apprendimento</p> <p><b>Progettare</b> Elaborare e realizzare progetti utilizzando le conoscenze apprese</p> <p><b>Comunicare</b> Comprendere messaggi di genere diverso e di complessità diversa, trasmessi utilizzando linguaggi diversi attraverso supporti cartacei, informatici e multimediali</p> <p><b>Collaborare e partecipare</b> Disporsi in atteggiamento collaborativo verso l'interlocutore, comprendendo i diversi punti di vista e contribuendo all'apprendimento comune</p> <p><b>Agire in modo autonomo e responsabile</b> Sapersi inserire in modo attivo e consapevole nella vita sociale, riconoscendo limiti e responsabilità e rispettando le regole</p> <p><b>Risolvere problemi</b> Utilizzare gli strumenti culturali di cui si è in possesso al fine di orientarsi in una situazione problematica</p> <p><b>Individuare collegamenti e relazioni</b> Saper operare collegamenti tra argomenti diversi e cogliere analogie e differenze in testi tra loro distanti</p> <p><b>Acquisire e interpretare l'informazione</b> Comprendere il significato e lo scopo dei testi, individuare le informazioni e distinguerle dalle opinioni, cogliere i caratteri specifici dei testi letterari e formulare una semplice, ma consapevole interpretazione.</p>	<p>Imparare ad eseguire movimenti corretti in funzione dello spazio, del tempo, dei compagni e degli avversari</p> <p>Saper organizzare autonomamente un'attività all'interno dell'ora di lezione</p> <p>Utilizzare i linguaggi specifici e non per interagire con i compagni e con l'insegnante</p> <p>Riuscire a collaborare con i compagni di squadra del momento per la realizzazione di un obiettivo comune</p> <p>Saper adottare comportamenti idonei al fine di prevenire situazioni di pericolo per la propria ed altrui incolumità durante le lezioni pratiche</p> <p>Riuscire ad attuare corretti comportamenti motori per risolvere problemi di gioco</p> <p>Riuscire ad individuare una tipologia di capacità motoria e relazionarla con altri tipi di attività</p> <p>Acquisire ed elaborare attraverso reazioni motorie gli stimoli provenienti dai propri recettori</p>

#### **Identificazione livello di apprendimento da raggiungere al termine del percorso didattico-formativo della classe II H**

<b>DISCIPLINA</b>	<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITÀ</b>	<b>COMPETENZE</b>
	Conoscere gli apparati cardiocircolatorio e respiratorio, il sistema	Essere in grado di eseguire azioni motorie semplici in modo	Saper rispettare e valorizzare il proprio corpo attraverso una sana

<p align="center"><b>SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE</b></p>	<p>nervoso e le loro funzioni Conoscere i più importanti sport scolastici e non, individuali, di squadra; Conoscere il metabolismo energetico</p>	<p>consapevole e corretto; Essere in grado di delineare una corretta ed equilibrata alimentazione</p>	<p>e regolare attività motoria ed assumere comportamenti equilibrati per un corretto stile di vita</p>
---	---	---	--

**attraverso**

<b>Fase</b>	<b>Durata</b>	<b>Obiettivi di apprendimento in itinere</b>	<b>Contenuti</b>	<b>Attività</b>
<p align="center"><b>TRIMESTRE</b></p>	<p align="center">Ore 1</p>	<p>Il sistema endocrino</p>	<p>Funzioni del sistema endocrino</p>	<p align="center">Lezione frontale</p>
	<p align="center">Ore 4</p>	<p>Conoscere l'anatomia e la fisiologia del cuore Conoscere i diversi percorsi della circolazione sanguigna Conoscere le funzioni del sangue Conoscere quali adattamenti avvengono nell'apparato cardiocircolatorio con il movimento</p>	<p>Ormoni e allenamento</p> <p>Il muscolo cardiaco Il ciclo cardiaco Come circola il sangue I vasi sanguigni La composizione del sangue La funzione dell'emoglobina La pressione arteriosa La variazione dei parametri durante l'esercizio fisico</p>	<p align="center">Lezione frontale</p>
	<p align="center">Ore 4</p>	<p>Conoscere l'anatomia e la fisiologia dell'apparato respiratorio Conoscere come avviene la respirazione</p>	<p>Le vie aeree I polmoni La meccanica respiratoria La respirazione addominale La respirazione interna ed esterna</p>	<p align="center">Lezione frontale</p>

<b>PENTAMESTRE</b>		Conoscere gli adattamenti che avvengono nell'apparato respiratorio durante l'esercizio	I volumi e le capacità polmonari La ventilazione durante l'esercizio	
	Ore 4	Conoscere come poter migliorare le proprie capacità motorie	Attività guidate a corpo libero e con attrezzi	Attività pratiche Singole/gruppo
	Ore 3	Conosciamo la pallavolo	Come si gioca: regole di gioco I fondamentali individuali: schiacciata, muro ed altri colpi	Attività pratiche singole/gruppo Lezione frontale
	Ore 3	Conosciamo la pallamano	Come si gioca: regole di gioco I fondamentali individuali d'attacco: palleggio, passaggio e tiro palleggio, passaggio e tiro	Attività pratiche singole/di gruppo Lezione frontale
	Ore 3	Conosciamo il calcio a 5	Come si gioca: regole di gioco I fondamentali individuali	Attività pratiche singole/gruppo Lezione frontale
	Ore 6	Conosciamo la pallavolo	Come si gioca: regole di gioco I fondamentali individuali: schiacciata, muro ed altri colpi	Attività pratiche singole/gruppo Lezione frontale

	Ore 6	Conosciamo la pallacanestro	Come si gioca: regole di gioco I fondamentali individuali di difesa	Attività pratiche singole/ gruppo Lezione frontale
	Ore 6	Conosciamo il calcio a 5	Come si gioca: regole di gioco I fondamentali individuali	Attività pratiche singole/gruppo Lezione frontale
	Ore 6	Conosciamo la pallamano	Come si gioca: regole di gioco I fondamentali individuali d'attacco: palleggio, passaggio e tiro	Attività pratiche singole/di gruppo Lezione frontale
	Ore 5	Come si presta il primo soccorso Come trattare i traumi più comuni Le emergenze e le urgenze	Il codice comportamentale Prevenzione e principali traumi articolari e muscolari Arresto cardiaco, shock, trauma cranico.	Lezione frontale
	Ore 6	Conosciamo il badminton	Come si gioca e le regole I fondamentali I colpi	Attività pratiche singole/ gruppo Lezione frontale
	Ore 5	Far acquisire consapevolezza delle proprie capacità motorie (verifica competenze 1° biennio)	Salto in lungo da fermo Navetta 5 x10 metri Addominali in 30" Flessibilità della colonna vertebrale Getto della palla medica da 2 Kg da seduti	Attività pratiche con rilevamento di misurazioni e tempi

	Ore 2	Attività in ambiente naturale: il trekking	L'abbigliamento La classificazione degli itinerari La preparazione e le regole	Attività pratiche singole/gruppo Lezione frontale
--	-------	--	--	--

### MODULO DI CITTADINANZA E COSTITUZIONE

**Modulo:** Citt@dini ... digitali

**Titolo:** Rotte sicure: "Il fair play online".

**Prerequisiti:** regole dei principali sport di squadra; la carta del fair play.

Obiettivi di Apprendimento	Contenuti disciplinari	Strategie Metodologiche	Verifiche e Valutazione	Tempi
Conoscere e saper attuare i principi di gioco leale.	Il fair play Sport e benessere: azioni utili per un corretto stile di vita.	Lezione frontale	Interrogazione orale e brevi interventi	TRIMESTRE

### METODOLOGIA - STRUMENTI - VERIFICA - 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	
Lavoro di Gruppo	X	Lavagna luminosa		Verifica scritta	X	Lavoro autonomo	
Role Playing		Audiovisivi		Prove strutturate e/o semi-strutturate	X	Ideì	
Problem Solving/Poning		Dispense		Compiti a casa		Ricerca-azione	
Lezione Interattiva e Partecipata	X	Laboratorio		Ricerche e/o tesine		Questionari	
Didattica Laboratoriale		Riviste scientifiche		Brevi interventi			
Didattica per Progetti		LIM	X	Test			
Cooperative Learning				Questionari			

Verifiche in relazione agli obiettivi in itinere	Verifiche sommative n.	Trimestre n.	Pentamestre n.
TIPOLOGIA C (quesiti a risposta multipla)  <u>INTERROGAZIONI ORALI</u>	5	2	3

RECUPERO			
Fase	Durata	Obiettivi minimi di apprendimento	Contenuti
<b>TRIMESTRE</b>	In itinere	Raggiungere un sufficiente livello di acquisizione delle capacità motorie e possedere gli essenziali elementi del linguaggio specifico	In relazione alla varietà delle lacune registrate, verranno proposti all'allievo i contenuti ritenuti essenziali per il recupero delle lacune evidenziate.
<b>PENTAMESTRE</b>	In itinere	Raggiungere un sufficiente livello di acquisizione delle capacità motorie e possedere gli essenziali elementi del linguaggio specifico	In relazione alla varietà delle lacune registrate, verranno proposti all'allievo i contenuti ritenuti essenziali per il recupero delle lacune evidenziate.

<b>Criteria di valutazione prove pratiche, scritte e orali</b>
<p>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 in ogni singolo allievo;</p> <p>Saranno somministrati questionari con domande con tipologia vero/falso e/o a risposta multipla, o valutate attività di ricerca o approfondimento.</p>

*(Si allegano griglie di valutazione delle prove scritte e orali)*



<b>Indicatori di apprendimento</b>	<b>Livelli di prestazione</b>	<b>Valutaz.</b>
<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

### **Criteria di valutazione comportamento**

SI FA RIFERIMENTO ALLE INDICAZIONI DEL PTOF.

### **Criteria di valutazione trimestrale e finale**

La valutazione trimestrale e finale è finalizzata a rilevare il livello di maturazione formativa raggiunto dagli alunni.

Per l'attribuzione del voto finale si farà riferimento alla griglia di istituto.

Nella valutazione finale, oltre all'acquisizione di competenze, si terrà anche conto:

- della situazione di partenza
- del progresso nell'apprendimento
- del metodo di studio
- del raggiungimento degli obiettivi educativi
- dell'impegno, partecipazione, frequenza, comportamento

\*Il livello di sufficienza prevede che l'alunno, per essere ammesso alla classe successiva abbia acquisito quelle abilità che il docente ha definito in partenza come essenziali, che le sappia rielaborare (competenze) e applicare (abilità) in modo semplice e corretto.

Si precisa inoltre che:

- Le valutazioni negative non costituiranno pregiudizio per il risultato finale a fronte della manifestata e provata intenzione di recupero da parte dell'alunno, poichè sarà determinante l'effettiva evoluzione della personale situazione di apprendimento riguardo alle conoscenze, competenze e capacità.
- Viene proposta la votazione "sei" anche per gli alunni con esiti talvolta incerti e che possono non aver sempre raggiunto gli standard minimi, purchè abbiano dimostrato partecipazione positiva, impegno adeguato e una sensibile progressione nell'apprendimento.
- Nel caso in cui l'alunno si presenti sprovvisto di materiale, ci sarà annotazione sul registro personale e di classe. Se il numero degli episodi riscontrati sarà elevato, se ne terrà conto nella valutazione finale.
- Il rifiuto immotivato della verifica da parte dell'allievo è considerata valutazione negativa valida a tutti gli effetti.

Il non-classificato verrà attribuito solo in caso di mancanza di elementi valutativi per un significativo numero di assenze da parte dell'alunno.

**Il Docente**

Prof. Leandro Latella

---