

*PROGRAMMAZIONE ANNUALE DI DIPARTIMENTO
DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
A.S. 2021/2022*

INDICE

| | |
|--|-------|
| 1. PREMESSA | 2 |
| 2. FINALITA' DELLA DISCIPLINA | 2 |
| 3. NUCLEI FONDANTI DELLA DISCIPLINA | 3 |
| 4. PIANO DI STUDI DELLA DISCIPLINA | 4 - 5 |
| 5. OBIETTIVI MINIMI E SPECIFICI DI APPRENDIMENTO | 6 |
| 6. METODI DI INSEGNAMENTO | 7 |
| 7. MATERIALI DIDATTICI | 8 |
| 8. VERIFICHE E VALUTAZIONI | 8 |
| 9. CRITERI DI VALUTAZIONE | 9 |
| 10. MODALITA' DI VERIFICA | 10 |
| 11. CURRICOLO DELLE COMPETENZE DI CITTADINANZA | 11 |
| 12. MODALITA' DI RECUPERO DELLE INSUFFICIENZE | 12 |
| 13. PROVE DI RECUPERO DEL DEBITO PER GLI ALUNNI CON SOSPENSIONE DI GIUDIZIO | 12 |

PREMESSA

Questa programmazione è stata redatta in funzione delle linee guida e dei bisogni prioritari dell'istituto emersi dall'interpretazione dei dati riportati nel RAV, in particolare delle competenze chiave della UE:

- Imparare ad imparare
- Competenze sociali e civiche

In seguito sono stati declinati gli *Obiettivi specifici di Apprendimento* che coinvolgono l'aspetto cognitivo (modo personale di apprendere conoscenze e acquisire abilità), affettivo-relazionale (modo personale di proporsi e proporre agli altri), e motorio della persona.

Sono state individuate *Conoscenze e Abilità*, suddivise per il primo biennio e per il triennio

Per ogni competenza, vista la necessità di certificarne i livelli raggiunti, è stato definito lo *Standard di apprendimento e i Livelli di possesso* della competenza.

FINALITA' DELLA DISCIPLINA

- Favorire l'armonico sviluppo dell'adolescente agendo in forma privilegiata sull'area motoria della personalità, tramite il miglioramento delle capacità fisiche e neuromuscolari.
- Rendere l'adolescente cosciente della propria corporeità, sia come disponibilità e padronanza motoria, sia come capacità relazionale, al fine di aiutarlo a superare le difficoltà e le contraddizioni tipiche dell'età.
- Facilitare l'acquisizione di una cultura delle scienze motorie che tenda a promuovere la pratica motoria come costume di vita e la coerente coscienza e conoscenza dei diversi significati che le attività motorio-sportive assumono nell'attuale società.

Per la progettazione disciplinare si individuano i quattro nuclei fondanti delle scienze motorie:

NUCLEI FONDANTI- MACRO COMPETENZE

1. **Il movimento:** il corpo in movimento nelle variabili spazio e tempo, anche in ambiente naturale, nello sviluppo delle abilità motorie e nelle modificazioni fisiologiche.
2. **I linguaggi del corpo:** espressività corporea e altri linguaggi non verbali, aspetti comunicativi e relazionali.
3. **Il gioco e lo sport:** aspetti cognitivi, partecipativi e relazionali, sociali, tecnici, tattici, del fair play e del rispetto delle regole.
4. **La salute e il benessere:** sicurezza e prevenzione (rispetto a sé, degli altri, degli spazi degli oggetti), conoscenza del primo soccorso, sviluppo di stili di vita attivi per il miglioramento della salute intesa come benessere (alimentazione, igiene, pratica motoria) e conoscenza dei danni derivati dall'uso di sostanze illecite.

Ogni docente individuerà le competenze da inserire nella propria progettazione tenendo conto della realtà dei propri allievi, del contesto di lavoro a volte limitante (condivisione degli spazi con altre classi, scarsità di spazi e/o attrezzature), confrontandosi anche col quadro di riferimento che ne indica la progressività in base al criterio della complessità crescente.

I contenuti non sono prescrittivi, ma indicativi, e saranno assunti in modo flessibile e trasversale.

PIANO DI STUDI DELLA DISCIPLINA

Si assumono in pieno gli obiettivi educativi presenti nel PTOF, con particolare riferimento alle programmazioni e ai curricoli della disciplina discussi nei Dipartimenti e depositati agli atti dell'Istituto.

| <i>BIENNIO</i> | <i>Abilità</i> | <i>Contenuti</i> | <i>Conoscenze</i> |
|---|--|---|---|
| <p style="text-align: center;">Il Movimento: Competenza</p> <p>L'alunno si orienta negli ambiti motori e sportivi riconoscendo le variazioni fisiologiche e le proprie potenzialità.</p> | <p>Realizzare schemi motori funzionali alle attività motorie e sportive.</p> <p>Muoversi nel territorio riconoscendone le caratteristiche e rispettando l'ambiente</p> | <p>Preatletica generale.</p> <p>Esercizi con piccoli attrezzi.</p> <p>Esercizi di resistenza.</p> <p>Esercizi di potenziamento muscolare.</p> <p>Esercizi di flessibilità.</p> <p>Apparati e sistemi del corpo umano.</p> | <p>Conoscere il proprio corpo e le sue funzionalità: posture, funzioni fisiologiche, capacità motorie (coordinative e condizionali).</p> <p>Conoscere le corrette pratiche motorie e sportive anche in ambiente naturale.</p> |
| Il Linguaggio del corpo | | | |
| <p>Esprime con creatività azioni, emozioni, sentimenti con finalità comunicativo-espressiva</p> | <p>Ideare e realizzare sequenze ritmiche di movimento e rappresentazioni con finalità espressive rispettando spazi, tempi e compagni</p> | <p>Esercizi d'indipendenza segmentaria</p> <p>Esercizi di dialogo tonico</p> | <p>Conoscere gli elementi di base relativi alle principali tecniche espressive</p> |
| Gioco e Sport | | | |
| <p>L'alunno pratica le attività sportive applicando tattiche e strategie, con fair play e attenzione all'aspetto sociale.</p> | <p>Partecipare in forma propositiva alla scelta e alla realizzazione di strategie tattiche delle attività sportive.</p> <p>Sperimentare nelle attività sportive i diversi ruoli, il fair-play e l'arbitraggio.</p> | <p>Pratica della pallavolo.</p> <p>Pratica della pallacanestro.</p> <p>Pratica del tennis-tavolo.</p> <p>Pratica del calcio.</p> <p>Elementi di pre- atletica</p> | <p>Conoscere le abilità tecniche dei giochi e degli sport individuali e di squadra.</p> <p>Conoscere semplici tattiche e strategie dei giochi e degli sport praticati.</p> <p>Conoscere la terminologia, il regolamento tecnico, e il fair-play</p> |
| Salute e benessere | | | |
| <p>L'alunno adotta comportamenti attivi, in sicurezza, per migliorare la propria salute e benessere.</p> | <p>Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza per prevenire i principali infortuni e applicare alcune procedure di primo soccorso.</p> | <p>I fattori di rischio nella pratica delle attività motorie.</p> <p>Traumatologia sportiva e primo soccorso.</p> <p>Cenni di igiene alimentare.</p> | <p>Conoscere i principi fondamentali per la sicurezza ed il primo soccorso.</p> <p>Approfondire i principi di una corretta alimentazione e le informazioni sulle dipendenze e sulle sostanze illecite (fumo, doping, droghe, alcool).</p> |

| TRIENNIO: | | | |
|--|--|--|--|
| Competenza | Abilità | Contenuti | Conoscenze |
| <p>Il Movimento: L'alunno elabora e attua risposte motorie adeguate in situazioni complesse, assumendo i diversi ruoli dell'attività sportiva. Pianifica progetti e percorsi motori e sportivi.</p> | <p>Ampliare le capacità coordinative e condizionali, realizzando schemi motori complessi utili ad affrontare attività motorie e sportive.</p> <p>Organizzare e applicare attività/percorsi motori e sportivi individuali e in gruppo nel rispetto dell'ambiente.</p> | <p>Combinazioni di esercizi con piccoli attrezzi.</p> <p>Esercizi di resistenza.</p> <p>Esercizi di mobilità articolare.</p> <p>Esercizi alla spalliera</p> <p>Studio delle capacità motorie</p> | <p>Conoscere le proprie potenzialità (punti di forza e criticità) e confrontarle con tabelle di riferimento criteriali e standardizzate.</p> <p>Conoscere le caratteristiche delle attività motorie e sportive collegate al territorio e l'importanza della sua salvaguardia.</p> |
| Il Linguaggio del corpo | | | |
| L'alunno rielabora creativamente il linguaggio espressivo in contesti differenti | Ideare e realizzare sequenze ritmiche espressive complesse | Giochi d'energia. Giochi di percezione corporea. | Conoscere i codici della comunicazione corporea. |
| Gioco e Sport | | | |
| L'alunno pratica le attività sportive applicando tattiche e strategie, con fair play e attenzione all'aspetto delle regole con particolare riguardo all'inclusione | <p>Trasferire e realizzare le tecniche adattandole alle capacità e alle situazioni anche proponendo varianti.</p> <p>Trasferire e realizzare strategie e tattiche nelle attività sportive.</p> <p>Assumere autonomamente diversi ruoli e la funzione di arbitraggio.</p> | <p>Pratica della pallavolo.</p> <p>Pratica della pallacanestro. Pratica del tennis-tavolo.</p> <p>Pratica del calcio. Atletica leggera: salto in alto; getto del peso; corsa ad ostacoli</p> | <p>Conoscere la teoria delle tecniche e dei fondamentali (individuali e di squadra) dei giochi e degli sport.</p> <p>Approfondire la terminologia del regolamento tecnico, il fair-play anche in funzione dell'arbitraggio.</p> |
| Salute e benessere | | | |
| L'alunno assume in maniera consapevole comportamenti orientati a stili di vita attivi, prevenzione e sicurezza nei diversi ambienti. | <p>Adottare comportamenti funzionali alla sicurezza nelle diverse attività; applicare le procedure del primo soccorso.</p> <p>Assumere comportamenti attivi rispetto all'alimentazione, igiene e salvaguardia da sostanze illecite.</p> | <p>Interventi di primo soccorso.</p> <p>Alimentazione e sedentarietà</p> <p>Malattie non trasmissibili.</p> | <p>Conoscere le procedure per la sicurezza e per il primo soccorso.</p> <p>Conoscere le conseguenze di una scorretta alimentazione e i pericoli legati all'uso di sostanze che inducono dipendenza.</p> <p>Conoscere le problematiche legate alla sedentarietà dal punto di vista fisico e sociale</p> |

Lo standard motorio definisce la soglia accettabile per determinare il possesso (l'acquisizione) della competenza. Il livello di sviluppo della competenza esprime il grado di possesso qualitativo e quantitativo della competenza.

Ne vengono individuati tre:

- 1 – minimo, voto 6 (possiede/si avvicina al livello stabilito)
- 2 – intermedio, voto 7/8 (supera/possiede il livello stabilito)
- 3 – elevato, voto 9/10 (eccelle/supera il livello stabilito)

OBIETTIVI MINIMI

PRIMO BIENNIO

Obiettivi minimi del primo biennio di Scienze Motorie e Sportive

- ✓ Elaborazione di Schemi Motori di Base.
- ✓ Sviluppo delle Qualità Motorie di Base.
- ✓ Avviamento alla pratica sportiva: fondamentali individuali e di squadra.
- ✓ Nozioni di prevenzione per la salute, attività in ambiente naturale.
- ✓ Linguaggi non verbali favoriti anche con l'ausilio della musica.

SECONDO BIENNIO

Obiettivi minimi del Secondo Biennio

- ✓ Potenziamento delle Capacità Psicomotorie
- ✓ Potenziamento delle capacità motorie anche in ambiente naturale
- ✓ Miglioramento delle tecniche e tattiche di gioco
- ✓ argomenti medico sportivi mirati al benessere psico-fisico e alla prevenzione.

QUINTO ANNO

Obiettivi minimi del Quinto Anno

Consolidamento degli schemi motori di base

- ✓ consolidamenti delle capacità psicomotorie
- ✓ Consolidamento tecnico tattico dei principali sport di squadra praticati

- ✓ Argomenti Sportivi e Medico Sportivi mirati al miglioramento dello stile di vita.
- ✓ Educazione all'auto-controllo attraverso la respirazione diaframmatica.
- ✓ Competenze basilari di primo soccorso.

METODI DI INSEGNAMENTO

Nel primo periodo dell'anno scolastico saranno privilegiati gli stili d'insegnamento di "riproduzione": stile a comando, della pratica, della reciprocità. In un secondo periodo, presupponendo che gli allievi abbiano maturato un sufficiente autocontrollo ed autonomia nello svolgimento di un compito motorio, saranno utilizzati stili di "produzione": scoperta guidata, risoluzione di problemi, programma individuale a scelta dell'allievo.

Tra le strategie d'insegnamento, privilegiando quella più efficace a seconda dei contenuti, sarà utilizzato l'insegnamento: interattivo, a stazioni, l'apprendimento cooperativo o strategie di auto – apprendimento. Particolare attenzione sarà data alla presentazione dei compiti, alla progressione delle attività e al feedback.

Al fine di favorire l'apprendimento di nuove abilità si realizzerà la variabilità delle esperienze, con un'organizzazione alternata o casuale, mediante "l'interferenza contestuale". Per alcuni contenuti sarà realizzata la pratica a blocchi.

A seconda delle difficoltà di carattere tecnico delle abilità sarà proposta la pratica globale e/o la pratica per parti. Si favorirà la realizzazione di processi di transfer per l'acquisizione di nuove abilità utilizzando quelle già possedute e la loro applicazione in contesti differenti da quelli d'apprendimento. Si favorirà l'acquisizione di meta-strategie come la regolazione dello stato di attivazione psicofisica (arousal), la rappresentazione mentale dell'azione, l'autovalutazione e la concentrazione.

Per gli insegnamenti teorici, legati alle conoscenze, si struttureranno momenti didattici in aula, con l'uso della LIM se presente, o in palestra durante lo svolgimento delle esercitazioni pratiche, lezione sincrona in videoconferenza, videolezioni registrate, file e materiali prodotti e trasmessi dal docente, materiali recuperati da piattaforme didattiche (RAI, Treccani, Zanichelli, Youtube, Documentari)

INTERVENTI DI RECUPERO

Per gli apprendimenti pratici si rimodulerà la didattica mediante l'individualizzazione dell'insegnamento ed il lavoro per gruppi omogenei.

MATERIALI DIDATTICI

Durante le lezioni verranno utilizzati i seguenti materiali didattici:

Grandi e piccoli attrezzi presenti in palestra e nei campi di gioco esterni, libro di testo, lezione sincrona in videoconferenza, videolezioni registrate, file e materiali prodotti e trasmessi dal docente, materiali recuperati da piattaforme didattiche (RAI, Treccani, Zanichelli, Youtube, Documentari), appunti forniti dal docente

VERIFICHE E VALUTAZIONI

L'obiettivo sarà quello di porre l'attenzione principalmente sul processo di apprendimento, sui progressi dell'allievo e sulla validità dell'azione didattica, consentendo al docente di modificare eventualmente le strategie e metodologie di insegnamento, dando spazio ad altre più efficaci. Alla valutazione verranno assegnate le seguenti quattro funzioni:

Diagnostica

Viene condotta collettivamente all'inizio o durante lo svolgimento del processo educativo e permette di controllare immediatamente l'adeguatezza degli interventi volti al conseguimento dei traguardi formativi. In caso di insuccesso si opereranno modifiche mirate alla propria programmazione didattica

Formativa

Viene condotta individualmente all'inizio o durante il processo educativo e consente di controllare, frequentemente e rapidamente, il conseguimento di obiettivi limitati e circoscritti nel corso dello svolgimento dell'attività didattica

Sommativa

Viene condotta alla fine del processo e ha lo scopo di fornire informazioni sull'esito globale del processo di apprendimento di ogni alunno

Finale

Viene condotta alla fine del processo e permette di esprimere un giudizio sulla qualità dell'istruzione e quindi sulla validità complessiva dei percorsi attuati.

CRITERI DI VALUTAZIONE

Si utilizzeranno diverse tipologie di prove.

Per gli apprendimenti teorici: prove strutturate e semi-strutturate (scelta multipla, vero-falso, risposta aperta); verifiche orali (semplici domande o interventi spontanei durante lo svolgimento delle lezioni, tradizionali interrogazioni); verifiche scritte con quesiti a risposta breve.

Per gli apprendimenti pratici: test motori criteriali o normativi (in particolare per le prove parallele delle prime tre classi), prove pratiche (prove di abilità valutate secondo un'osservazione sistematica e l'utilizzo di schede di descrittori dell'apprendimento).

Nel processo di valutazione periodale e finale per ogni alunno verranno presi in esame i fattori interagenti:

- il livello di partenza e il progresso evidenziato in relazione ad esso;
- i risultati delle prove e i lavori prodotti;
- le osservazioni relative alle competenze trasversali;
- il livello di raggiungimento delle competenze specifiche prefissate; l'interesse, l'impegno e la partecipazione alle esercitazioni pratiche ed al dialogo educativo in classe;
- ogni altro criterio che il consiglio di classe riterrà che possa concorrere a stabilire una valutazione oggettiva. Per l'attribuzione dei voti i suddetti fattori avranno un peso diverso come riportate nella tabella sottostante.

| PARTECIPAZIONE | IMPEGNO | CAPACITA' RELAZIONALI | COMPORAMENTO E RISPETTO DELLE REGOLE | CONOSCENZE E ABILITA' |
|--|---|--|---|---|
| Interesse, motivazione, assunzione di ruoli diversi, capacità di proporre il proprio punto di vista, capacità di proporsi e portare a termine incarichi. | Continuità, esecuzione accurata e puntuale di compiti, disponibilità ad organizzare le attività, accuratezza nel realizzare la parte teorica. | Capacità di mostrare atteggiamenti collaborativi e offrire il proprio apporto, capacità di mostrare atteggiamenti cooperativi e disponibilità all'inclusione e all'aiuto dei meno abili. | Autonomia, autocontrollo, responsabilità (nei trasferimenti, negli spogliatoi e nel portare il materiale), rispetto delle regole, rispetto del fair play, annotazioni di eventuali richiami o mancanze. | Media dei risultati delle verifiche sulle conoscenze e sulle abilità motorie, per ogni periodo. |
| 50% | | | | 50% |

MODALITA' DI VERIFICA

- Prove pratiche oggettive di abilità e capacità motorie.
- Test con rilevamenti metrici e cronometrici
- Osservazione sistematica dei gesti tecnici
- Osservazione costante dell'attenzione, dell'impegno e della partecipazione attiva dimostrati dagli alunni durante lo svolgimento delle lezioni.
- Esercizi di feedback su materiali di studio
- Questionari e test
- Colloqui di gruppo/individuali
- Intervista online (interrogazioni)

E'previsto un voto per la teoria e uno per la pratica relativamente al primo quadrimestre, mentre un voto unico per lo scrutinio del secondo quadrimestre. Le conoscenze, le abilità e le competenze verranno valutate con un minimo di due verifiche pratiche a quadrimestre più una verifica teorica, eventualmente anche scritta.

CURRICOLO DELLE COMPETENZE DI CITTADINANZA

| | | | |
|---|---|---|--|
| CLASSI PRIME E SECONDE | - Il tempo libero e i suoi luoghi - Conoscenza del territorio attraverso un cammino sensoriale | | |
| <p>Competenza</p> <p>Realizzare pratiche motorie e sportive in ambiente naturale</p> <p>Essere capaci di applicare comportamenti ecologici nel rispetto della natura</p> | <p>Abilità</p> <p>Saper riconoscere all'attività fisica un ruolo fondamentale per ottenere un benessere psico-fisico generale</p> <p>Muoversi in sicurezza nei diversi ambienti</p> | <p>Contenuti</p> <p>Problematiche organizzative legate ad attività in ambiente naturale</p> <p>Esperienze in ambiente naturale sia individuali che di gruppo: Trekking, corse, lanci</p> | <p>Conoscenze</p> <p>Conoscere i fondamenti di attività ludiche e sportive praticati in ambiente naturale</p> <p>Conoscere il pericolo che nasconde l'ambiente naturale</p> |
| CLASSI TERZE | Olimpiadi come incontro tra i popoli | | |
| <p>Competenza</p> <p>Saper comunicare e rispettare le regole comportamentali</p> | <p>Abilità</p> <p>Rispettare gli altri nello spirito di collaborazione: il Fair Play</p> <p>Collaborare attivamente nel gruppo per raggiungere un risultato comune</p> | <p>Contenuti</p> <p>Storia delle Olimpiadi</p> <p>Il C.I.O.</p> <p>Il C.O.N.I.</p> <p>Le Federazioni Sportive</p> <p>I valori dell'Olimpismo</p> <p>La bandiera Olimpica, la fiamma Olimpica</p> <p>La Carta del Fair Play</p> | <p>Conoscenze</p> <p>Conoscere i termini Eccellenza, Amicizia, Rispetto</p> <p>Conoscere la storia delle Olimpiadi</p> <p>Conoscere le origini e lo sviluppo delle scienze legate al movimento, al gioco e allo sport</p> |
| CLASSI QUARTE | Educazione e sicurezza stradale | | |
| <p>Competenza</p> <p>Informare e formare gli utenti della strada alla tutela della propria persona</p> | <p>Abilità</p> <p>Far comprendere che guidare in sicurezza un veicolo richiede buone condizioni psicofisiche</p> <p>Approfondire il concetto di mobilità sostenibile correlato al tema dell'ambiente</p> | <p>Contenuti</p> <p>Porre in atto comportamenti corretti in caso di emergenza</p> | <p>Conoscenze</p> <p>Saper conoscere e ridurre le cause che provocano incidenti su strada evitando i pericoli</p> |
| CLASSI QUINTE | Le regole nello Sport | | |
| <p>Competenza</p> <p>Sviluppare la propria identità nelle attività sportive</p> | <p>Abilità</p> <p>Sviluppare atteggiamenti di attenzione ed empatia nei confronti degli altri, dell'ambiente e rispetto della diversità</p> | <p>Contenuti</p> <p>Lo Sport, il gruppo e lo sviluppo dell'identità</p> <p>Le differenze sociali</p> <p>Sport e integrazione</p> <p>Il Fair Play</p> | <p>Conoscenze</p> <p>Riconoscere il proprio ruolo nel rispetto di quelli altrui;</p> <p>Conoscere meglio se stessi, confrontandosi con i propri limiti.</p> |

MODALITA' DI RECUPERO DELLE INSUFFICIENZE

Saranno attivate dove necessario, azioni di recupero personalizzato sia di carattere pratico che teorico. Le prove di verifica del recupero saranno comunque effettuate entro i termini stabiliti dal Collegio dei Docenti. Dette prove potranno essere pratiche o scritte/orali a discrezione del docente.

PROVE DI RECUPERO DEL DEBITO PER GLI ALUNNI CON SOSPENSIONE DI GIUDIZIO

Si fa riferimento a quanto elaborato e approvato dal Collegio dei Docenti e approvato dal Consiglio di Istituto

Rutigliano, Settembre 2021

La coordinatrice del Dipartimento
di Scienze Motorie
Prof,ssa Calisi Rosa