



ANNO SCOLASTICO 2019/2020
PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE

CLASSE 4 SEZ M

MATERIA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

DOCENTE: PATRIZIA DONATI

La presente programmazione sviluppa e definisce quanto previsto dalle "Indicazioni nazionali riguardanti gli obiettivi specifici di apprendimento concernenti le attività e gli insegnamenti compresi nei piani degli studi previsti per i percorsi liceali di cui all'articolo 10, comma 3, del decreto del Presidente della Repubblica 15 marzo 2010, n. 89, in relazione all'articolo 2, commi 1 e 3, del medesimo regolamento." relativamente al curriculum, alla classe e alla materia specifica



Sez. A - Analisi della classe

ELEMENTI TRATTI DALL'OSSERVAZIONE, DAGLI EVENTUALI TEST D'INGRESSO E DALLE PRIME PROVE DI VERIFICA IN MERITO AL POSSESSO DELLE COMPETENZE DISCIPLINARI

La classe è composta da 3 alunne e da 18 alunni che risiedono nella maggior parte nel comune di Civitanova Marche. Praticano attività agonistica 14 studenti mentre 3 studenti non praticano alcuna attività sportiva. Gli studenti mostrano interesse per la disciplina, nel complesso si impegnano e svolgono regolarmente le lezioni, alcuni evidenziano una buona motricità. Dalle prove d'ingresso basate su abilità motorie di base e test specifici risulta che il 15% degli studenti si attesta su un livello sufficiente, il 55% si attesta su un livello discreto, il 30% si attesta su un livello ottimo.

Sufficiente nel complesso la competenza sul rispetto delle regole e delle norme di sicurezza.

La collaborazione tra studenti e l'attenzione devono essere ancora potenziate e consolidate.

Gli studenti, devono presentarsi a lezione in palestra con l'abbigliamento adeguato, non hanno a disposizione giustificazioni perché possono partecipare alle lezioni per la parte teorica o ricoprendo diversi ruoli e compiti. Per gravi problemi di salute, che prevedono una inattività per un periodo lungo (\geq a venti giorni) devono presentare il certificato medico in Segreteria per attivare la pratica di esonero dalle esercitazioni pratiche.

VALUTAZIONE SINTETICA (1 = GRAVI CARENZE -> 5= LIVELLO ECCELLENTE)

1	2	3	4	5
		X	X	X

ESITO DEI TEST D'INGRESSO DISTRIBUZIONE PERCENTUALE DEGLI STUDENTI NEI DIVERSI LIVELLI (1 = GRAVI CARENZE -> 5= LIVELLO ECCELLENTE)

LIVELLI	1	2	3	4	5
% STUDENTI			15%	55%	30%



Sez. B - Contenuti

MODULO	CONTENUTI	VALUTAZIONI	PERIODO
1	Percezione di sé e miglioramento delle abilità motorie ed espressive <ul style="list-style-type: none">• L'apparato locomotore e le sue generalità• Conoscere la terminologia tecnica specifica• Consolidamento delle capacità coordinative complesse e condizionali• Consolidamento degli schemi motori di base ed utilizzo di schemi via via più complessi• Tecnica di base dei piccoli e grandi attrezzi• Conoscere le modalità elementari di allungamento muscolare• Trasferire i propri apprendimenti motori a situazioni simili• Attivare movimenti complessi in forma economica e in situazioni variabili• Eseguire combinazioni motorie anche a ritmo• Eseguire esercizi in forme complesse con vario grado di difficoltà• Controllare i propri segmenti corporei anche in situazioni inusuali• Applicare norme di comportamento e di sicurezza	INTERMEDIE SI FINALI SI	SETTEMBRE - MAGGIO
2	Giochi sportivi di squadra: Pallavolo, Pallacanestro, Calcio, Hockey su prato. <ul style="list-style-type: none">• Conoscere la tecnica dei fondamentali individuali• Rispettare le regole degli sport di squadra codificati e non• Saper arbitrare e prendere decisioni rapidamente• Eseguire un lavoro secondo le istruzioni date in sicurezza• Muoversi in campo in relazione all'avversario e ai propri compagni• Saper esprimere giudizi valutativi• Saper controllare la propria emotività e aggressività e acquisire autocontrollo• Saper accettare le regole e l'operato dell'arbitro	INTERMEDIE SI FINALI SI	OTTOBRE - MAGGIO



4

MODULO	CONTENUTI	VALUTAZIONI	PERIODO
3 Sport individuali: Sci, Badminton, Atletica Leggera, Orienteering, Duathlon, Bowling, Vela, Nuoto	<ul style="list-style-type: none">• Conoscere le varie specialità e le tecniche specifiche• Rispettare il regolamento degli sport individuali• Saper prendere rapidamente decisioni in qualità di giudice• Eseguire un lavoro secondo le istruzioni date in sicurezza• Seguire le lezioni dell'istruttore di nuoto e applicare la giusta tecnica• Saper controllare la propria emotività e aggressività e acquisire autocontrollo• Applicare norme di comportamento e di sicurezza	INTERMEDIE SI FINALI SI	OTTOBRE- MAGGIO
4 Salute, benessere, prevenzione, sicurezza	<ul style="list-style-type: none">• Utilizzare le competenze della disciplina e trasferirle in altri ambiti utilizzando anche tecnologie digitali• Gestire il tempo libero utilizzando le competenze della disciplina per un sano stile di vita• Conoscere alcune tematiche di assistenza e di pronto intervento• Conoscere i principali esercizi di riscaldamento per prevenire gli infortuni• Applicare le norme del Fair Play• Informazioni per un corretto approccio con la montagna• Informazioni sulle norme di comportamento, igiene e alimentazione	INTERMEDIE SI FINALI SI	SETTEMBRE - MAGGIO



5

Indicare separatamente i moduli pluridisciplinari concordati in consiglio di classe

UNITA' PLURIDISCIPLINARE	CONTENUTI DISCIPLINARI	VALUTAZIONI	PERIODO	MATERIE INSERITE
1 RAPPORTO TRA UOMO E AMBIENTE: QUALE STILE DI VITA?	<ul style="list-style-type: none">• Saper trasferire in ogni ambito le conoscenze acquisite• Analizzare la carta CIO sui principi ecologici fondamentali• Conoscere la carta dei sentieri CAI• Conoscere l'escursionismo e gli sport nella natura• Gestire il tempo libero utilizzando le competenze della disciplina per un sano stile di vita• Favorire il benessere psico-fisico con attività all'aperto• Utilizzare le conoscenze per esplorare in sicurezza• Essere in grado di mettersi alla prova in situazioni non standardizzate, con responsabilità e consapevolezza• Valutare le proprie capacità fisiche e psicologiche per scegliere l'attività motoria e l'ambiente in cui praticarle• Essere in grado di praticare attività all'aperto non abituali salvaguardando il territorio	Intermedie NO Finali SI	Novembre: presentazione Dicembre: ricerca Web Febbraio: sintesi del lavoro Marzo: conclusione del lavoro	Scienze Fisica Scienze Motorie e Sportive Inglese



Sez. C - Competenze finali

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
Lo studente è in grado di riportare le proprie conoscenze in qualunque contesto, sa adattare tatticamente la propria condotta motoria rispetto a situazioni variabili, sa trasferire i propri apprendimenti motori a situazioni simili ma nuove, sa migliorare le capacità di ascolto e comprensione, sa autonomamente progettare sequenze motorie valide.	L'alunno agisce con senso di responsabilità nella gestione di attività individuali e di squadra accettando la competizione, riconoscendo i propri limiti, gestendo consapevolmente situazioni moderatamente complesse. Lo studente sa valutare e analizzare criticamente l'azione eseguita e il suo esito in rapporto all'intenzione e allo scopo diretto, sa cogliere i significati secondari della propria azione, sa condurre con sicurezza e padronanza la propria esperienza motoria.	Lo studente ha memorizzato le modalità esecutive di alcune azioni motorie, le sa selezionare e utilizzare su specifica richiesta, sa valutarne la pertinenza, fa uso di una terminologia specifica e di semplici nozioni di anatomia umana sa relazionare sulle modalità esecutive e sa le basilari nozioni di prevenzione e sicurezza.

Definizione dei criteri per la corrispondenza tra voti e livelli di competenze acquisite

Per acquisire il **livello di base** è richiesto all'allievo di dimostrare semplici capacità operative nell'ambito dei singoli moduli, di saper applicare ed utilizzare sufficientemente le qualità fisiche, adeguandole alle diverse esperienze e contenuti tecnici, nel rispetto delle norme di sicurezza. Si applica e partecipa in modo costante. Per acquisire **livelli di grado intermedio** l'alunno deve dimostrare di possedere abilità via via più complesse e un adeguato senso di autocontrollo, di utilizzare una sufficiente padronanza del linguaggio tecnico e di rispettare le regole di convivenza civile. Partecipare attivamente e applicare le correzioni ed essere collaborativo. Per acquisire **livelli di grado avanzato** è necessario che l'alunno dimostri di possedere la capacità di trasferire abilità in più settori anche della sfera sportiva; di conseguire competenze anche di tipo tecnico – tattico e progettuale; di conoscere in modo più approfondito tutti gli argomenti trattati, le regole sportive e il regolamento d'istituto; di dimostrare il senso di appartenenza all'istituto impegnandosi anche nelle attività dei Campionati Sportivi Studenteschi. Partecipare attivamente, essere autonomo sempre attento e motivato, avere un ottimo rapporto interpersonale.

Liv.	Voti	Descrizione dei livelli
I	9-10	Livello Avanzato
II	7-8	Livello Intermedio
III	6	Livello Base
IV	1- 5	Livello base non raggiunto



SEZ. C.1 - COMPETENZE TRASVERSALI PER ASSI CULTURALI /AREE

ASSE CULTURALE /AREA	COMPETENZE ATTINENTI ALLA DISCIPLINA
LINGUISTICO-ESPRESSIVO	<ul style="list-style-type: none"> • Padroneggiare gli strumenti espressivi e avere un corretto linguaggio tecnico • Saper adattare la propria condotta motoria rispetto a situazioni variabili o nuove • Saper migliorare le capacità di ascolto e comprensione • Saper autonomamente progettare sequenze motorie valide • Comprendere messaggi di genere diverso trasmessi utilizzando linguaggi diversi e in complessità diversa. • Saper adattare la condotta motoria tatticamente
METODOLOGICO (IMPARARE AD IMPARARE)	<ul style="list-style-type: none"> • Rispetto delle regole e del fair play • Saper trovare adeguate e sicure applicazioni alle varianti che si presentano durante le esercitazioni • Rispetto dei compagni e norme di igiene • Rispetto dell'ambiente e dell'attrezzatura scolastica e norme di sicurezza • Responsabilità e partecipazione • Saper interagire nel gruppo, saper condurre un'azione motoria in sicurezza e nel rispetto delle norme, favorire l'inclusione e la socializzazione. • Adottare principi e comportamenti improntati all'etica nello sport e in situazioni di vita e di lavoro.

SEZ. C.2- COMPETENZE DISCIPLINARI PROGRAMMATE PER LA FINE DELL'ANNO SCOLASTICO

	COMPETENZE	DESCRIPTORI	PRIORITA'
1	Migliorare la consapevolezza del linguaggio corporeo	1-Essere in grado di utilizzare con maggiore sicurezza le potenzialità del movimento 2-Avere consapevolezza della prossemica 3- Partecipare in modo costruttivo e pertinente alle lezioni	1
2	Potenziare il linguaggio tecnico della disciplina	1-Saper utilizzare il lessico specifico dello sport eseguito, delle parti anatomiche e la fisiologia del corpo umano	2
3	Migliorare la capacità di decidere rapidamente fra le scelte risolutive	1-Eseguire i fondamentali individ. in funzione dell'azione di gioco 2- Applicare le principali regole di gioco 3- Essere in grado di assumere ruoli di arbitraggio e giudice di gara	2



8

	COMPETENZE	DESCRITTORI	PRIORITA'
4	Migliorare i gesti motori in situazioni variabili	1-Trasferire autonomamente semplici tecniche, strategie e regole apprese adattandole alle esigenze dei vari sport 2-Eseguire un lavoro secondo le indicazioni date in modo sicuro e collaborativo	2
5	Utilizzare in modo efficace e sicuro gli attrezzi presenti in palestra e in ogni ambito sportivo	1- Applicare i principi di sicurezza personale in palestra e all'aperto. 2- Assumere atteggiamenti corretti e saper intervenire in modo appropriato in situazioni di emergenza	1

SEZ. C.3 DECLINAZIONE DELLE COMPETENZE NEI SINGOLI MODULI

Indicare per ciascuno dei moduli della **sezione B** le competenze più rilevanti in relazione ai contenuti trattati (almeno **tre** per ogni modulo)

MODULO	COMPETENZE	DESCRITTORI
Percezione di sé e miglioramento delle abilità motorie ed espressive	1-2-3	-Saper descrivere con linguaggio tecnico i gesti motori da mettere in pratica, mostrare capacità di problem solving, saper integrare le conoscenze e abilità pregresse in situazioni variabili. e via via più complesse. -Sapersi muovere in sicurezza, collaborare e partecipare costantemente alle attività.
Giochi sportivi di squadra: Pallavolo, Pallacanestro, Calcio, Hockey su prato.	1-3-4-5	-Saper descrivere con linguaggio tecnico i gesti motori da mettere in pratica, mostrare capacità tattiche e strategiche autonome, conoscere le regole degli sport, collaborare aiutare e sostenere i compagni, applicare le regole del FairPlay. -Partecipare alle attività di avviamento e potenziamento dei Campionati Sportivi Studenteschi e alle attività extra curriculari.
Sport individuali: Sci, Badminton, Atletica Leggera, Orienteering, Nuoto, Vela, Duathlon, Bowling	1-2-3-4-5	-Saper descrivere con linguaggio tecnico i gesti motori da mettere in pratica, mostrare capacità tattiche e strategiche autonome, conoscere le regole degli sport, collaborare aiutare e sostenere i compagni, applicare le regole del Fair Play. -Partecipare alle attività di avviamento e potenziamento dei Campionati Sportivi Studenteschi e alle attività extra curriculari.
Salute, benessere, prevenzione, sicurezza	3-4-5	-Sapersi porre in modo costruttivo e pertinente davanti alle problematiche inerenti il benessere e la prevenzione. -Utilizzare le conoscenze per un sano stile di vita. -Saper trasferire in ogni ambito le conoscenze acquisite.



Sez D - Valutazione

SEZ.D.1 - GRIGLIA DI VALUTAZIONE

Riportare la griglia di valutazione che sarà applicata nel corso dell'anno per la valutazione del livello delle competenze nelle singole verifiche e per definire la proposta di voto negli scrutini intermedi e finali
(Fare riferimento alla griglia di valutazione definita in dipartimento eventualmente calibrata sulla classe)

Liv.	Voti	Descrizione
I	9-10	Livello Avanzato
II	7-8	Livello Intermedio
III	6	Livello Base
IV	1- 5	Livello base non raggiunto

LA SUFFICIENZA è FISSATA AL 60% DEL PUNTEGGIO GREZZO

GRIGLIA DI VALUTAZIONE

	PESO	COMPETENZA			
		LIVELLO INSUFFICIENTE	LIVELLO SUFFICIENTE	LIVELLO BUONO	LIVELLO OTTIMO
		NR	B	I	A
<i>Conoscenze</i>	5	2	3	3,5/4	4,5/5
<i>Abilità</i>	5	2	3	3,5/4	4,5/5
<i>Rispetto delle regole</i>	5	2	3	3,5/4	4,5/5
<i>Impegno e Partecipazione</i>	5	2	3	3,5/4	4,5/5
PUNTEGGIO GREZZO= peso x livello		40	60	70/80	90/100
VOTO		1/5	6	7/8	9/10

SEZ. D.2 - DEFINIZIONE DEL LIVELLO DI SUFFICIENZA

Fornire un descrittore in termini di competenze **del livello di sufficienza alla fine dell'anno scolastico** (proposta di voto finale) collegato alla tabella di competenza riportata nella sez. c.2 e alla griglia di valutazione

Lo studente ha raggiunto il livello di sufficienza poiché possiede le seguenti competenze, relativamente allo specifico disciplinare : dimostra capacità operative nell'ambito dei singoli moduli; si esprime con linguaggio tecnico corretto; sa applicare ed utilizzare le abilità fisiche in autonomia , adeguandole alle diverse esperienze e contenuti tecnici nel rispetto delle norme di sicurezza; è in grado di svolgere il ruolo di giudice-arbitro e prendere decisioni ; esegue le richieste motorie senza aiuto anche in contesti nuovi.



Sez. E - Metodologie adottate, strumenti didattici, tipologie di verifica intermedie e finali di modulo, sommative di fine quadrimestre e di fine anno.

Sez. E.1 METODOLOGIA E STRUMENTI DIDATTICI

Indicare i metodi e gli strumenti didattici utilizzati nello specifico percorso disciplinare anche in relazione al livello della classe, al comportamento di lavoro e alle abilità possedute dagli studenti, ponendoli in una scala di priorità da 1 a 5 (1= quella ritenuta più efficace e maggiormente usata; 5 = quella ritenuta meno efficace e meno utilizzata) nelle tabelle seguenti:

METODOLOGIA	MOTIVAZIONE DELLA SCELTA <i>(in relazione ai processi acquisizione e potenziamento delle competenze)</i>	PRIORITÀ NELL'UTILIZZO
Lezione frontale e osservazione sistematica	Spiegazione, dimostrazione, correzione	1
Didattica laboratoriale	Rilievo dell'esperienza e della pratica nella soluzione di compiti	3
<i>Cooperative learning</i> (lavoro di gruppo)	Attività motorie a gruppi o a coppie, attività di tutor tra studenti	2
<i>Flippedclassroom</i> (Classe rovesciata)		
<i>Problem solving</i>	Risoluzione originale e personale in attività motorie di progettazione o tattica di gioco	2

STRUMENTI DIDATTICI	MOTIVAZIONE DELLA SCELTA <i>(in relazione ai processi acquisizione e potenziamento delle competenze)</i>	PRIORITÀ NELL'UTILIZZO
Libri di testo in formato misto	Trattazione di argomenti sportivi, proiezione DVD.	3
LIM per contenuti multimediali	Inerenti gli sport presentati a lezione o avvenimenti sportivi	3

Sez. E. 2 TIPOLOGIA DI VERIFICA

Indicare le tipologie di verifica utilizzate nel corso dell'anno, motivando la scelta, specificando l'uso nelle diverse fasi del percorso formativo (I = intermedie; FM= fine modulo; FQ = fine quadrimestre; FA = fine anno scolastico) e ponendole in una scala di priorità da 1 a 5 (1= quella ritenuta più efficace e maggiormente usata; 5 = quella ritenuta meno efficace e meno utilizzata). Le verifiche possono essere somministrate in forma mista (più tipologie in un'unica prova). La stessa tipologia può essere utilizzata per verifiche in diverse fasi del percorso formativo.



11

TIPOLOGIA DI VERIFICA	MOTIVAZIONE DELLA SCELTA <i>(in relazione alla verifica dei processi di acquisizione e potenziamento delle competenze)</i>	FASE	PRIORITÀ NELL'UTILIZZO
Interrogazione orale	Per alunni esonerati o per la classe per richiamare concetti o regole di gioco	FQ - FA	5
Prove pratiche	Sempre	FQ - FM -FA	1
Presentazione digitale	Per alunni esonerati o per rendicontare attività laboratoriali	FQ - FA	3
Attività laboratoriale	Attività di potenziamento o extra scolastico	FQ - FA	2

Sez. F. Previsione utilizzo laboratori e biblioteca

Per la realizzazione della programmazione disciplinare saranno utilizzate le seguenti strutture e strumenti

STRUTTURE E STRUMENTI	FREQUENZA DI UTILIZZO		
	Spesso	Occasionalmente	Raramente
Palestra	X		
Campetto all'aperto	X		
Laboratori scientifici			X
Strutture specifiche per attività sportive tecniche		X	

Civitanova Marche, 30 Ottobre 2019

Prof.ssa Patrizia Donati