

PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE PER COMPETENZE

ISTITUTO “GIACOMO LEOPARDI”

ANNO SCOLASTICO 2023/2024

INDIRIZZO Liceo Scientifico Nuovo Ordinamento – SAPS09500G

CLASSE V **SEZIONE** A-B

DISCIPLINA Scienze Motorie

DOCENTE Prof. Bruno Manna

QUADRO ORARIO (N. ore settimanali nella classe)

FINALITA' DELLA DISCIPLINA

L'educazione fisica è una branca dell'insegnamento che si occupa di migliorare attraverso l'attività motoria e quella sportiva lo sviluppo psicofisico e la salute individuale e quella sociale. Essa è intesa come quella disciplina che considera il movimento non solo dal punto di vista dell'efficacia e della qualità della prestazione, ma anche dallo sviluppo della personalità più ampia, quindi sviluppo di un'adeguata corporeità e motricità, acquisendo competenze alla base di una crescita fisica, affettiva e cognitiva.

Testo adottato (A) - Testo consigliato (C)

1. _____
2. _____
3. _____

ANALISI DELLA SITUAZIONE DI PARTENZA

LIVELLI IN ENTRATA				
Indicare il numero degli alunni per ciascun tipo di valutazione, sulla base dei risultati del test di ingresso o della prima valutazione	insufficiente	sufficiente	discreto-buono	ottimo
			La classe intera	

PROFILO GENERALE DELLA CLASSE

(caratteristiche cognitive, comportamentali, atteggiamento verso la materia, interessi, partecipazione..)

La classe V sez. A e la classe V sez. B, sono formate da alunni disponibili al dialogo educativo e formativo, mostrano un atteggiamento vivace ma corretto dal punto di vista disciplinare. I livelli di conoscenza dei singoli alunni sono stati rilevati mediante test d'ingresso tendenti ad accertare la conoscenza in larga scala dell'anatomia umana e di alcune regole di vari sport.. Al termine del percorso gli alunni dovranno :

- aver acquisito il valore della proprio corporeità come manifestazione di una personalità equilibrata e stabile;
- aver acquisito le nozioni basi di anatomia umana e riconoscere i vari segmenti corporei che la formano
- aver acquisito una solida conoscenza e pratica di alcuni sport individuali e di squadra valorizzando le attitudini personali;
- aver sperimentato e compreso il valore del linguaggio del corpo;
- aver acquisito la conoscenza sia teorica che pratica dei vari schemi motori di base
- aver affrontato ed assimilato problemi legati all'alimentazione ,alla sicurezza in ambito sportivo e alla propria condizione fisica,utili per acquisire un corretto e sano stile di vita;

FONTI DI RILEVAZIONE DEI DATI:

Test d'ingresso valutativo

Tecniche di osservazione

Colloqui singoli e collettivi con gli alunni sull'andamento degli anni precedenti

Scheda Anamnestica

PROVE UTILIZZATE PER LA RILEVAZIONE DEI REQUISITI INIZIALI:

Test d'ingresso valutativi volti ad accertare il livello delle conoscenze anatomiche e teorico/pratiche di alcuni sport di squadra

QUADRO DEGLI OBIETTIVI DI COMPETENZA

<p>COMPETENZE CHIAVE DI CITTADINANZA / OBIETTIVI EDUCATIVO – DIDATTICI TRASVERSALI</p> <p><i>Per le Competenze europee di cittadinanza e per gli obiettivi educativo-didattici trasversali indicati per il primo biennio, il secondo biennio e V anno si rimanda al POF e alla programmazione di Dipartimento</i></p>
--

UNITA' DI APPRENDIMENTO

<p>CONOSCENZE risultato della assimilazione di informazioni: dati, fatti, principi, teorie, procedure;</p>	<p>ABILITA'/CAPACITA' capacità di applicare conoscenze e di utilizzare il <i>knowhow</i> per svolgere compiti e risolvere problemi: sono cognitive (uso del pensiero logico) e pratiche (implicano metodi, strumenti, materiali, destrezza);</p>	<p>COMPETENZE capacità dimostrata di utilizzare le conoscenze, le abilità e le attitudini personali, sociali e/o metodologiche in situazioni di lavoro o di studio e nello sviluppo professionale e/o personale. Devono essere sempre descritte anche in termini di <i>responsabilità e autonomia</i> (Quadro Europeo delle Qualifiche)</p>	<p>TEMPI</p>
<p>1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____ 5. _____</p>	<p>1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____ 5. _____</p>	<p>1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____ 5. _____</p>	

La tabella si ripete per ogni unità di apprendimento

Programma in UDA

Titolo: UdA1 LA VALUTAZIONE PSICOMOTORIA

UdA2 POTENZIAMENTO DELLE CAPACITA' CONDIZIONALI

UdA3 SVILUPPO DELLE CAPACITA' COORDINATIVE

UdA4 CONOSCENZA E PRATICA DELLE ATTIVITA' SPORTIVE

UdA5 LA MOTRICITA'

UdA6 SPORT DI SQUADRA E INDIVIDUALI

UdA7 IL CORPO UMANO

UdA8 SPORT E BENESSER

Primo quadrimestre

UdA1 LA VALUTAZIONE PSICOMOTORIA

-Rilevazione dei pre-requisiti

-Identikit attraverso i dati antropometrici

-Rilevazioni sulle prestazioni motorie(forza,mobilità,velocità)

-Profilo motorio

UdA2 POTENZIAMENTO DELLE CAPACITA' CONDIZIONALI

-Esercizi a :

-carico naturale -opposizione e resistenza -con piccoli attrezzi-mobilizzazione articolare -
allungamento muscolare -corsa con durata e ritmi progressivamente crescenti -prove ripetute su
distanze brevi -attività motoria finalizzata all'incremento della rapidità.

UdA3 SVILUPPO DELLE CAPACITA' COORDINATIVE

-Migliorare la condizione fisico-motoria generale,agendo sia sugli aspetti coordinativi del
movimento attraverso:

.esercizi e percorsi con piccoli attrezzi .esercizi con movimenti dissociati fra arti inferiori e
superiori, fra lato destro e sinistro .esercizi di abilità .esercizi e percorsi cronometrati e non.

UdA4 CONOSCENZA/PRATICA DELLE ATTIVITA SPORTIVE

-Conoscere le caratteristiche ed i regolamenti delle discipline praticate,in base alla situazione delle
strutture utilizzate e in una certa misura,agli interessi degli allievi e alle loro capacità verranno
praticate le seguenti discipline:

.Giochi sportivi:pallavolo,basket,calcio a 5, altre attività in base alle richieste della classe

.Discipline sportive individuali:dama,tennistavolo

Secondo quadrimestre

UdA5 LA MOTRICITA'

- Conoscere i concetti relativi al movimento(spazio,tempo,equilibri)e alle sue valutazioni
- Teoria del movimento:classificazioni delle capacità motorie
- L'allenamento,sportivo
- La forza:definizione e classificazione
- Fattori che regolano la forza: metodiche di allenamento.

UdA6 SPORT DI SQUADRA E INDIVIDUALI

- Conoscere le caratteristiche ed i regolamenti delle discipline praticate.
- Le principali tecniche dei fondamentali individuali degli sport di squadra praticati:regolamenti e gesti arbitrali degli sport praticati.

UdA7 IL CORPO UMANO

- Cenni riassuntivi sull'apparato locomotore
- Sistema muscolare:struttura e funzioni del sistema muscolare
- Fibre muscolari
- Contrazione muscolare
- L'energia muscolare
- Meccanismi di produzione di energia.

UdA8 SPORT E BENESSERE

- Attività motoria e benessere:influenza sul sistema muscolare.
- Nozioni principali di primo soccorso e i principali infortuni legati alla pratica dell'attività sportiva,traumatologia del sistema muscolare.
- Le lesioni ossee.

METODOLOGIA

Gli elementi metodologici devono consentire il processo educativo del corpo. La presa di coscienza e la conseguente consapevolezza degli alunni, anche se esercitate solo in occasione dell'apprendimento di una specifica abilità, possono diventare un modello generale di trasferimento di conoscenze e capacità atte a promuovere la costituzione di adeguati stili di vita. Sarà quindi importante acquisire esperienze e cercare soluzioni e modalità personali di apprendimento accettando l'errore (problem solving).

L'approccio avverrà attraverso la valutazione di semplici test d'ingresso che consentano di programmare il lavoro dell'anno scolastico e di predisporre interventi in itinere per consentire agli alunni di effettuare un'attività motoria adeguata alle reali possibilità di ciascuno.

Le attività saranno proposte: con lavori di gruppo e assegnazione dei compiti, secondo il principio della complessità crescente, con lezioni frontali, approccio globale, limitando gli interventi di tipo analitico alle situazioni di maggior complessità o quando si presentano particolari difficoltà da parte dei singoli alunni o di piccoli gruppi; attraverso forme di gioco codificato e non codificato, che per il loro contenuto ludico, creano situazioni stimolanti e motivanti per l'apprendimento, facilitando così il raggiungimento degli obiettivi prefissati.

MEDIAZIONE DIDATTICA (Metodi)	SOLUZIONI ORGANIZZATIVE (Mezzi)	SPAZI
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Lezione frontale <input type="checkbox"/> Insegnamento individualizzato <input type="checkbox"/> Discussione <input type="checkbox"/> Didattica laboratoriale <input type="checkbox"/> <i>Cooperative learning</i> <input type="checkbox"/> <i>E-learning</i> <input type="checkbox"/> Apprendimento tramite rinforzo <input type="checkbox"/> <i>Problemsolving</i> <input type="checkbox"/> Ricerca sperimentale <input type="checkbox"/> Ricerca-azione <input type="checkbox"/> Simulazione (<i>Roleplayng</i>) <input type="checkbox"/> <i>Brain storming</i> <input type="checkbox"/> Altro _____ 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Testi <input type="checkbox"/> Lavagna <input type="checkbox"/> Vocabolari <input type="checkbox"/> Giornali <input type="checkbox"/> Supporti multimediali <input type="checkbox"/> <i>Stage</i> <input type="checkbox"/> Altro _____ 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Aula di classe <input type="checkbox"/> Aule multimediali <input type="checkbox"/> Biblioteca <input type="checkbox"/> Spazi laboratoriali di settore <input type="checkbox"/> Azienda Istituto <input type="checkbox"/> Escursioni, viaggi, visite guidate <input type="checkbox"/> Altro _____
COMPITI DI APPRENDIMENTO IN SITUAZIONI VERIFICABILI		

- | | | |
|--|---|--|
| <input type="checkbox"/> Comprensione del testo | <input type="checkbox"/> Elaborazione grafica | <input type="checkbox"/> Rielaborazione orale |
| <input type="checkbox"/> Capacità di ascolto | <input type="checkbox"/> Elaborazione dati | <input type="checkbox"/> Traduzioni |
| <input type="checkbox"/> Ricerca lessicale | <input type="checkbox"/> Produzioni domestiche | <input type="checkbox"/> Ricerca storica |
| <input type="checkbox"/> Problemi | <input type="checkbox"/> Appunti | <input type="checkbox"/> Applicazioni leggi scientifiche |
| <input type="checkbox"/> Sintesi | <input type="checkbox"/> Pratica di laboratorio | <input type="checkbox"/> Relazioni |
| <input type="checkbox"/> Esperimenti | <input type="checkbox"/> Recupero | <input type="checkbox"/> Transcodificazione |
| <input type="checkbox"/> Capacità di fare domande e porre problemi | <input type="checkbox"/> Costruzione modelli | <input type="checkbox"/> Progettualità |

ALTRO

ATTIVITA' DA SVOLGERE CON GLI STUDENTI

(attività extracurricolari-visite guidate ecc)

MODALITA' DI RECUPERO, SOSTEGNO, POTENZIAMENTO, APPROFONDIMENTO

1) *In itinere* con le seguenti modalità:

a) Ripresa degli argomenti con diversa spiegazione per tutta la classe

b) Organizzazione di gruppi di allievi per fasce di livello

c) Assegno e correzione di esercizi specifici da svolgere autonomamente a casa

2) *In orario pomeridiano secondo le modalità stabilite dal Collegio dei Docenti*

CONTROLLO DEGLI APPRENDIMENTI

(Tipologie di verifica)

- | | | |
|---|---|--|
| <input type="checkbox"/> Prove strutturate | <input type="checkbox"/> Prove semi strutturate | <input type="checkbox"/> Saggi |
| <input type="checkbox"/> Temi | <input type="checkbox"/> Analisi del testo | <input type="checkbox"/> Verifiche orali |
| <input type="checkbox"/> Grafica | <input type="checkbox"/> Relazioni | <input type="checkbox"/> Elaborazione dati |
| <input type="checkbox"/> Transcodificazioni | <input type="checkbox"/> Prove pratiche | <input type="checkbox"/> _____ |

VALUTAZIONE

Criteri e tabelle di valutazione condivisi come da P.O.F

I BIENNIO

II BIENNIO

MONOENNIO

VALUTAZIONE

Criteri e tabelle di valutazione condivisi come da P.O.F

I BIENNIO II BIENNIO X MONOENNIO

Per quanto non espressamente esplicitato si fa riferimento ai Verbali di dipartimento ratificati dal Collegio dei Docenti per il corrente anno scolastico ed al POF (standard di valutazione, tabella di corrispondenza giudizio/voto, verifica trasversale per “Assi culturali” e classi parallele, attività multi/interdisciplinari, escursioni, visite, viaggi, sopralluoghi aziendali, attività formative curricolari ed extracurricolari, P.O.N.)

CERTIFICAZIONE COMPETENZE (Indicatori/Descrittori)

Notevole distanza dal Livello base : lo studente svolge con difficoltà anche semplici compiti e commette diversi errori; non sempre sa applicare regole e procedure, è facile alla distrazione e tende ad eludere gli impegni presi.

Livello base non raggiunto: lo studente svolge semplici compiti ma commette diversi errori; dimostra di saper applicare regole e procedure solo se guidato e sollecitato.

Livello base: lo studente svolge compiti semplici in situazioni note, mostrando di possedere conoscenze ed abilità essenziali e di saper applicare regole e procedure fondamentali.

Livello intermedio: lo studente svolge compiti e risolve problemi complessi in situazioni note, compie scelte consapevoli, mostrando di saper utilizzare le conoscenze e le abilità acquisite.

Livello avanzato: lo studente svolge compiti e problemi complessi in situazioni anche non note, mostrando padronanza nell'uso delle conoscenze e delle abilità. Sa proporre e sostenere le proprie opinioni e assumere autonomamente decisioni consapevoli.

Programmazione analitica

UNITA' DI APPRENDIMENTO

Primo quadrimestre

Battipaglia, 09/10/2023

Firma

