



*Istituto Tecnico Economico Statale "Alfonso Gallo"*

**Indirizzi: Amministrazione, finanza e marketing – Turismo**

Via dell'Archeologia, 91 – 81031 Aversa (Ce) Tel.: 081 813 28 21; fax: 081 813 28 20

# *Programmazione Dipartimentale*

## *Scienze Motorie*

*Anno scolastico 2020/2021*

### **LINEE GENERALI E COMPETENZE**

L'insegnamento delle Scienze Motorie e Sportive, naturale proseguimento della scuola secondaria di primo grado, costituisce un prezioso contributo alla formazione dello studente, veicolando l'apprendimento di competenze motorie, sportive, espressive, emotive, sociali, patrimonio indispensabile per una crescita sana ed armonica della persona. Superando la vecchia dicotomia corpo-mente le rinnovate Scienze Motorie e Sportive si propongono come elemento essenziale per lo sviluppo integrale del giovane, attraverso esperienze, scoperte, prese di coscienza e abilità nuove, che diventano patrimonio personale dell'alunno.

Al termine del percorso di studi lo studente dovrà:

- Aver acquisito il valore della propria corporeità come manifestazione di una personalità equilibrata e stabile;
- Aver consolidato una cultura motoria e sportiva quale costume di vita;
- Aver raggiunto un completo sviluppo corporeo e della capacità attraverso l'utilizzo e l'incremento delle capacità motorie e delle funzioni neuromuscolari;
- 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 affrontato e 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.
- Aver acquisito una conoscenza ed un'esperienza diretta in ambito sportivo nei diversi ruoli per poter valutare e apprezzare lo sport come valore di confronto e come momento formativo utile a favorire l'acquisizione di comportamenti sociali corretti per un inserimento consapevole nella società e nel mondo del lavoro.

# OBIETTIVI FORMATIVI TRASVERSALI

## PRIMO BIENNIO

COMPETENZE CHIAVE DI CITTADINANZA TRASVERSALMENTE A QUATTRO ASSI	OBIETTIVI TRASVERSALI
DA ACQUISIRE AL TERMINE DEL PRIMO BIENNIO TRASVERSALMENTE AGLI ASSI CULTURALI	
<b>IMPARARE AD IMPARARE A:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• programma il lavoro</li><li>• utilizza in modo autonomo il libro di testo</li><li>• prende appunti</li></ul>	adottare strategie di studio efficaci; migliorare il proprio metodo di studio; selezionare materiale ed organizzarlo in modo consapevole; realizzare schede e mappe concettuali
<b>PROGETTARE</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• programma i tempi e modalità di studio</li><li>• realizza semplici progetti relativi alle discipline di studio</li></ul>	utilizzare le competenze disciplinari per individuare e risolvere problemi; armonizzare i tempi dello studio con le attività extrascolastiche
<b>COMUNICARE</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• comprende messaggi scritti e orali</li><li>• individua in un testo le informazioni principali rispetto a quelle secondarie</li><li>• espone con proprietà di linguaggio e ordine logico</li></ul>	usare una varietà di registri linguistici; migliorare le capacità comunicative; operare collegamenti interdisciplinari;
<b>COLLABORARE E PARTECIPARE</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• sa lavorare in gruppo</li><li>• è attivo nel processo di apprendimento</li><li>• interagisce positivamente con docenti e gruppo dei pari</li></ul>	lavorare in team; rispettare i diversi ruoli; collaborare con gli altri; produrre materiale utile per il gruppo in ogni ambito di lavoro; rispettare le consegne nell'esecuzione di compiti individuali e collettivi
<b>RISOLVERE PROBLEMI</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• costruisce e verifica ipotesi</li><li>• individua fonti e risorse adeguate</li><li>• raccoglie e valuta dati</li></ul>	sviluppare capacità di analisi, sintesi e valutazione; saper individuare situazioni problematiche
<b>AGIRE IN MODO AUTONOMO E CONSAPEVOLE</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• rispetta le scadenze stabilite</li><li>• assume impegni e responsabilità</li><li>• è disponibile al confronto, e rivede le proprie idee</li></ul>	<i>Rispettare le regole;</i> rispettare il patrimonio scolastico; curare le strumentazioni in affido;
<b>INDIVIDUARE COLLEGAMENTI E RELAZIONI</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• schematizza e gerarchizza le informazioni</li><li>• distingue tra causa ed effetto</li></ul>	organizzare in maniera logica i concetti; operare collegamenti all'interno della stessa disciplina e fra discipline affini
<b>ACQUISIRE E INTERPRETARE L'INFORMAZIONE</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• distingue un esempio da un'affermazione di carattere generale</li><li>• riceve informazioni provenienti dai mezzi di comunicazione di massa e riesce ad assumere un atteggiamento critico</li></ul>	applica il metodo deduttivo e induttivo; usa in modo consapevole le informazioni provenienti dai mezzi di comunicazione di massa

## OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO

### PRIMO BIENNIO

Nel primo biennio, dopo aver verificato i livelli di apprendimento conseguiti nel corso del primo ciclo d'Istruzione, sarà dedicato un percorso didattico specifico atto a colmare eventuali lacune, e a definire e ampliare negli studenti le capacità motorie per permettere loro di realizzare schemi motori complessi e affrontare diverse attività motorie e sportive.

#### COMPETENZE DEL PRIMO BIENNIO

Sono stati identificati quattro **nuclei fondanti** nell'ambito dei quali sono state individuate le **competenze** e le relative **conoscenze** e **abilità** da raggiungere.

<b>NUCLEI FONDANTI:</b>	<b>CORPO, SUA ESPRESSIVITA' E CAPACITA' CONDIZIONALI</b>	<b>LA PERCEZIONE SENSORIALE, MOVIMENTO, SPAZIO- TEMPO E CAPACITA' COORDINATIVE</b>	<b>GIOCO, GIOCO-SPORT E SPORT</b>	<b>SICUREZZA E SALUTE</b>
<b>COMPETENZE</b>	Svolgere attività motorie adeguandosi ai diversi contesti ed esprimere le azioni attraverso la gestualità	Utilizzare gli stimoli percettivi per realizzare in modo idoneo ed efficace l'azione motoria richiesta	Conoscere e praticare in modo corretto ed essenziale i principali giochi sportivi e sport Individuali (rispettando il istanziamiento)	Conoscere il proprio corpo e la propria condizione fisica, le norme di comportamento per la prevenzione di infortuni e del primo soccorso .
<b>CONOSCENZE</b>	Conoscere il proprio corpo, la sua funzionalità e le capacità condizionali; riconoscere la differenza tra movimento funzionale ed espressivo.	Conoscere il sistema delle capacità motorie coordinative, che sottendono la prestazione motoria e sportiva.	Conoscere gli aspetti essenziali della terminologia, regolamento e tecnica degli sport;	Conoscere i principi fondamentali di prevenzione ed attuazione della sicurezza personale in palestra e negli spazi aperti. Conoscere gli elementi fondamentali del primo soccorso e della alimentazione.
<b>ABILITA'</b>	Percezione, consapevolezza ed elaborazione di risposte motorie efficaci e personali in situazioni semplici. Assumere posture corrette a carico naturale.	Consapevolezza di una risposta motoria efficace ed economica. Organizzare la fase di avviamento e di allungamento muscolare in situazioni semplici.	Praticare in modo essenziale e corretto dei giochi sportivi e degli sport individuali (rispettando il distanziamento).	Adottare un sano stile di vita.
<b>COMPORAMENTO</b>	Saper riconoscere ed esprimere in modo corretto le proprie tensioni emotive.	Rispetto delle regole, delle persone e dell'ambiente.	Applicare le norme di un corretto comportamento sportivo in ambito scolastico (fair play).	Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza in palestra, a scuola e negli spazi aperti.

## CONTENUTI COMUNI CLASSI PRIME E SECONDE

Tenendo conto delle numerose variabili che possono esserci nelle diverse classi, ciascun docente può ampliare e/o approfondire alcuni argomenti, aggiungerne, modificarne l'ordine. Inoltre, bisogna tener presente che a causa del Covid-19 stiamo vivendo un periodo particolare, quindi le attività pratiche saranno svolte in palestra con la presenza massima di 2 classi nella stessa ora. Saranno privilegiate attività ginniche in modalità individuali al fine di consentire un distanziamento di almeno 2 metri tra gli alunni. Ulteriori classi, compatibilmente a condizioni metereologiche favorevoli, potranno utilizzare gli spazi esterni all'aperto debitamente adibiti ad attività di work out o in alternativa il campo di calcio a 5 con le medesime modalità organizzative e operative di cui sopra e nel massimo rispetto delle indicazioni ministeriali. Eventuale materiale codificato utilizzato durante la lezione (pallone, racchette o quant'altro) verrà igienizzato dal docente cui è affidato in custodia ad ogni cambio di destinatario così come al termine dell'attività prima che venga riposto.

<b>Campo psicomotorio</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Attività ed esercizi a carico naturale (potenziamento di schemi motori di base e specifici).</li><li>• Attività ed esercizi di opposizione e resistenza</li><li>• Elaborazione di risposte motorie efficaci in situazioni più complessi.</li><li>• Circuit-training.</li></ul>
<b>Potenziamento Fisiologico</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sviluppo e miglioramento delle capacità cardiocircolatorie e delle capacità fisiche (forza, resistenza, velocità e flessibilità).</li><li>• Potenziamento muscolare (jumping jacks, crunch, step up, squat, affondi sul posto, laterali, addominali laterali ecc.)</li><li>• Corsa anche in ambiente naturale, con durata, ritmi e intensità progressivamente crescenti, prove di resistenza, esercitazioni di atletica leggera (salti, lanci, prove di velocità), circuiti, percorsi a stazione individuali.</li></ul>
<b>Rielaborazione degli schemi motori</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ricerca di situazioni non abituali del corpo nello spazio e nel tempo</li><li>• Attività ed esercizi eseguiti in varietà di ampiezza e di ritmo, in situazioni spazio-temporali variate</li><li>• Attività ed esercizi di equilibrio in situazioni dinamiche complesse.</li><li>• Esercizi di abilità e coordinazione generale.</li><li>• Esercitazioni di preatletica, esercizi d'avviamento ai giochi sportivi, grandi e piccoli attrezzi. Avendo cura di rispettare il distanziamento.</li></ul>
<b>Pratica delle attività sportive</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Esercizi per allenare i fondamentali individuali di squadra: pallacanestro, pallavolo, calcio a cinque, badminton, tennis tavolo.</li><li>• Giochi di movimento</li><li>• Giochi sportivi semplificati (distanziati).</li></ul>

<b>Attività all'aperto</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Corsa campestre</li> <li>• Migliorare la propria disponibilità a partecipare agli eventi collettivi</li> <li>• Giochi individuali.</li> <li>• Sviluppo delle capacità d'organizzazione</li> <li>• Organizzazione di mini tornei o piccole esercitazioni pratiche (distanziati).</li> <li>• Conoscenza delle regole dei giochi sportivi.</li> </ul>
<b>Conoscenze teoriche</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Terminologia dei movimenti ginnastici</li> <li>• Benefici dell'attività fisica</li> <li>• Storia dello sport, Olimpiadi e Para olimpiadi</li> <li>• Elementi di anatomia e fisiologia</li> <li>• La postura, paramorfismi e dismorfismi.</li> <li>• Elementi di primo soccorso</li> <li>• Educazione alimentare</li> <li>• Educazione alla salute</li> </ul>
<b>Educazione civica</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regole da seguire e comportamenti corretti da assumere per limitare il rischio da Covid-19</li> <li>• Muoversi a piedi, in bici e ciclomotore.</li> <li>• Alimentazione.</li> <li>• Disturbi alimentari (Anoressia, bulimia e obesità)</li> </ul>

## **OBIETTIVI DIDATTICI DEL PRIMO BIENNIO**

Al termine del primo biennio di studio lo studente dovrà essere in grado di:

- Tollerare un lavoro sub-massimale per un tempo prolungato.
- Vincere resistenze a carico naturale.
- Compiere azioni semplici nel minor tempo possibile.
- Avere un controllo segmentario del proprio corpo.
- Svolgere compiti motori in situazioni inusuali, tali da richiedere la conquista, il mantenimento ed il recupero dell'equilibrio.
- Essere in grado di conoscere almeno uno sport di squadra ed uno individuale.
- Conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità.
- Essere in grado di realizzare un semplice avviamento e relativa fase di allungamento muscolare di una lezione.

## SECONDO BIENNIO E QUINTO ANNO

### OBIETTIVI FORMATIVI TRASVERSALI

#### COMPETENZE DA ACQUISIRE AL TERMINE DEL SECONDO BIENNIO

<p><b>IMPARARE AD IMPARARE</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Organizza il proprio apprendimento</li> <li>2. Perfeziona il proprio metodo di lavoro e di studio</li> <li>3. Individua, sceglie ed utilizza varie fonti e varie modalità di informazioni</li> </ol>	<p>Consolidare e potenziare le capacità di adottare strategie di studio efficaci. Selezionare il materiale ed organizzarlo in funzione allo scopo.</p>
<p><b>Progettare</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Elabora e realizza progetti riguardanti lo sviluppo delle proprie attività di studio e di lavoro</li> <li>2. Utilizza le conoscenze apprese per conseguire obiettivi significativi,</li> <li>3. Valuta le possibilità esistenti, definisce strategie di azione e verifica risultati raggiunti</li> </ol>	<p>Acquisire le competenze disciplinari per pianificare la risoluzione di problemi o realizzare piccoli progetti; Acquisire la capacità di operare con flessibilità in vari contesti affrontando il cambiamento; Operare per obiettivi e per progetti; Documentare opportunamente il proprio lavoro; Individuare, selezionare e gestire le fonti di informazione.</p>
<p><b>Comunicare</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Comprende messaggi di genere diverso (quotidiano, letterario, tecnico, scientifico) e di diversa complessità</li> <li>2. Rappresenta eventi, fenomeni, principi, concetti, norme, procedure, atteggiamenti, stati d'animo, emozioni, ecc.</li> <li>3. Utilizza linguaggi diversi (verbale, matematico, scientifico, simbolico) e diverse conoscenze disciplinari mediante diversi supporti (cartacei, informatici e multimediali)</li> </ol>	<p>Acquisire linguaggi settoriali; Consolidare la capacità di comunicare in modo chiaro ed efficace; Operare collegamenti interdisciplinari; Elaborare, interpretare e rappresentare dati con il ricorso a strumenti informatici.</p>
<p><b>Collaborare e partecipare</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Interagisce in gruppo</li> <li>2. Comprende i diversi punti di vista</li> <li>3. Gestisce la conflittualità</li> <li>4. Contribuisce alla realizzazione delle attività collettive;</li> <li>5. Riconosce i diritti fondamentali degli altri</li> </ol>	<p>Partecipare al lavoro organizzato e di gruppo; Rispettare le regole; Rispettare il patrimonio scolastico e curare le strumentazioni in affido.</p>
<p><b>Agire in modo autonomo e consapevole</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Si inserisce in modo consapevole nella vita scolastica</li> <li>2. Riconosce e rispetta, regole e responsabilità</li> </ol>	<p>Produrre materiale utile per il gruppo in ogni ambito di lavoro; Rispettare le consegne nell'esecuzione di compiti individuali e collettivi.</p>
<p><b>Risolvere problemi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Affronta situazioni problematiche</li> <li>2. Costruisce e verifica ipotesi</li> <li>3. Individua fonti e risorse adeguate</li> <li>4. Raccoglie e valuta dati</li> <li>5. Propone soluzioni secondo il tipo di problema</li> </ol>	<p>Sviluppare capacità di analisi, sintesi e valutazione; Sviluppare e consolidare le capacità di affrontare compiti e situazioni problematiche.</p>
<p><b>Individuare collegamenti e relazioni</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Individua collegamenti e relazioni tra fenomeni diversi, anche appartenenti a diversi ambiti disciplinari</li> <li>2. Riconosce analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause ed effetti e la natura probabilistica</li> </ol> <p><b>Acquisire e interpretare l'informazione</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Acquisisce l'informazione ricevuta nei diversi ambiti e attraverso diversi strumenti comunicativi</li> <li>2. Interpreta criticamente valutando l'attendibilità e l'utilità, distinguendo fatti e opinioni</li> </ol>	<p>Organizzare in maniera logica i concetti; Operare collegamenti all'interno della stessa disciplina.</p> <p>Usare in modo consapevole il linguaggio specifico delle singole discipline; Utilizzare le tecnologie e programmi informatici.</p>

## OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO

Nel secondo biennio e nell'anno finale l'azione di consolidamento e sviluppo delle conoscenze e delle abilità motorie degli alunni proseguirà in tutte le occasioni al fine di migliorare il loro bagaglio motorio e sportivo.

L'accresciuto livello di prestazione permetterà un maggiore coinvolgimento in ambito sportivo. Gli studenti, favoriti anche dalla completa maturazione delle aree cognitive frontali, acquisiranno una sempre più ampia capacità di lavorare con senso critico e creativo, con la consapevolezza di essere attori di ogni esperienza corporea vissuta.

## COMPETENZE DEL SECONDO BIENNIO E QUINTO ANNO

Anche per il secondo biennio e quinto anno sono stati identificati quattro nuclei fondanti nell'ambito dei quali sono state individuate le competenze e le relative conoscenze e abilità da raggiungere.

<b>NUCLEI FONDANTI:</b>	<b>CORPO, SUA ESPRESSIVITA' E CAPACITA' CONDIZIONALI</b>	<b>LA PERCEZIONE SENSORIALE, MOVIMENTO, SPAZIO-TEMPO E CAPACITA' COORDINATIVE</b>	<b>GIOCO, GIOCO-SPORT E SPORT</b>	<b>SICUREZZA E SALUTE</b>
<b>COMPETENZE:</b>	Conoscere tempi e ritmi dell'attività motoria, riconoscendo i propri limiti e potenzialità. Rielaborare il linguaggio espressivo adattandolo a contesti diversi.	Rispondere in maniera adeguata alle varie afferenze (proprioceptive ed esteroceptive) anche in contesti complessi, per migliorare l'efficacia dell'azione motoria.	Conoscere gli elementi fondamentali della Storia dello sport. Conoscere ed utilizzare le strategie di gioco e dare il proprio contributo personale.	Conoscere le norme di sicurezza e gli interventi in caso di Infortunio. Conoscere i principi per l'adozione di corretti stili di vita.
<b>CONOSCENZE</b>	Conoscere le potenzialità del movimento del proprio corpo e le funzioni fisiologiche.	Conoscere i principi scientifici fondamentali che sottendono la prestazione motoria e sportiva, la teoria e la metodologia dell'allenamento sportivo	Conoscere la struttura e le regole degli sport affrontati e il loro aspetto educativo e sociale.	Conoscere le norme in caso di infortunio. Conoscere i principi per un corretto stile di vita alimentare.
<b>ABILITA'</b>	Elaborare risposte motorie efficaci e personali in situazioni complesse. Assumere posture corrette in presenza di carichi. Organizzare percorsi motori e sportivi.	Essere consapevoli di una risposta motoria efficace ed economica. Gestire in modo autonomo la fase di avviamento in funzione dell'attività scelta.	Trasferire tecniche, strategie e regole adattandole alle capacità, esigenze, spazi e tempi di cui si dispone.	Essere in grado di collaborare in caso di infortunio.

<b>COMPORAMENTO</b>	Essere in grado di autovalutarsi.	Dimostrare autonomia e consapevolezza nella gestione di progetti autonomi.	Cooperare e rispettare utilizzando e valorizzando le attitudini individuali.	Assumere comportamenti funzionali ad un sano stile di vita.
---------------------	-----------------------------------	--	--	---

## CONTENUTI COMUNI

Si precisa che i contenuti indicati coincidono nel secondo biennio, differenziandosi in ciascun anno di corso nel carico e nell'intensità di lavoro. Si terrà conto delle numerose variabili che nelle diverse classi possono intervenire, ciascun docente potrà ampliare e/o approfondire alcuni argomenti, aggiungerne, modificarne l'ordine, ma si impegnerà ad affrontare nelle classi tutti gli argomenti concordati ed indicati qui di seguito.

<b>Campo psicomotorio</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Padronanza dei movimenti di base: corsa, salti, balzi, skip, ecc.</li> <li>• Attività ed esercizi a carico naturale e aggiuntivi</li> <li>• Attività ed esercizi di opposizione e resistenza</li> <li>• Rielaborazione di risposte motorie efficaci in situazioni più complessi.</li> </ul>
<b>Potenziamento Fisiologico</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Attività ed esercizi con piccoli e grandi attrezzi codificati e non.</li> <li>• Attività ed esercizi di controllo tonico e della respirazione.</li> <li>• Attività ed esercizi con varietà di ampiezza e di ritmo, in condizioni spazio-temporali diversificati</li> <li>• Attività ed esercizi di equilibrio, in condizioni dinamiche complesse e di volo.</li> </ul>
<b>Rielaborazione degli schemi motori</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Attività ed esercizi per potenziare le capacità coordinative e condizionali</li> <li>• Ricerca di situazioni non abituali del corpo nello spazio e nel tempo</li> <li>• Ginnastica a corpo libero</li> <li>• Attività espressive e coreografiche con l'ausilio della musica</li> <li>• Esercitazioni di preatletica, esercizi d'avviamento ai giochi sportivi individuali, grandi e piccoli attrezzi ecc.</li> </ul>
<b>Pratica delle attività sportive</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Attività sportive e pre sportive individuale ( tennis tavolo, badminton)</li> <li>• Giochi sportivi individuali: atletica leggera.</li> <li>• Organizzazione di attività di arbitraggio.</li> <li>• Conoscenze essenziali per quanto riguarda le norme di comportamento ai fini di prevenzione degli infortunio in caso di incidenti.</li> </ul>
<b>Conoscenze teoriche</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Approfondimento di anatomia e fisiologia.</li> <li>• Traumatologia e di primo soccorso</li> <li>• Informazione e conoscenze relative ai principi di scienza alimentare, malattie legate all'alimentazione</li> <li>• Il doping</li> <li>• Informazione e conoscenze relative al rapporto sport/salute, sport/doping, sport/handicap</li> <li>• Sport individuali e di squadra (Storia, regole, schemi e ruoli).</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regole da seguire e comportamenti corretti da</li> </ul>



<b>Educazione civica</b>	<p>assumere per limitare il rischio da Covid-19</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le dipendenze (doping, alcool, fumi e droghe)</li> <li>• Elementi di primo soccorso</li> <li>• Segnaletica e sicurezza stradale</li> <li>• Traumatologia e soccorso</li> <li>• Regole di prevenzione della sicurezza personale a scuola, in palestra e a casa.</li> <li>• Principi fondamentali di comportamenti orientati ad assumere corretti stili di vita</li> <li>• Valore e necessità delle regole, sicurezza e prevenzione.</li> </ul>
--------------------------	--

## **OBIETTIVI DIDATTICI DEL SECONDO BIENNIO**

Al termine del secondo biennio di studio lo studente dovrà essere in grado di:

- Coordinare azioni efficaci in situazioni complesse.
- Vincere resistenze a carico aggiuntivo.
- Compiere azioni complesse nel minor tempo possibile.
- Essere in grado di utilizzare le qualità fisiche adattandole alle diverse esperienze ed ai vari contenuti tecnici.
- Conoscenza di due sport di squadra con le sue tecniche e tattiche di gioco.
- Conoscere gli effetti prodotti dall'attività fisica sugli apparati, la metodologia e la teoria dell'allenamento.
- Conoscere le problematiche e le norme di una corretta alimentazione.

## **OBIETTIVI DIDATTICI DELL'ULTIMO ANNO**

La personalità dello studente potrà essere pienamente valorizzata attraverso l'ulteriore diversificazione delle attività, utili a scoprire ed orientare le attitudini personali nell'ottica del pieno sviluppo del potenziale di ciascun individuo. In tal modo le scienze motorie potranno far acquisire allo studente abilità molteplici, trasferibili in qualunque altro contesto di vita. Ciò porterà all'acquisizione di corretti stili comportamentali che abbiano radice nelle attività motorie sviluppate nell'arco del quinquennio in sinergia con l'educazione alla salute, all'affettività, all'ambiente e alla legalità.

Al termine del quinto anno lo studente dovrà dimostrare di aver raggiunto:

- La capacità di utilizzare le qualità condizionali adattandole alle diverse esperienze motorie ed ai vari contenuti tecnici.
- Di conoscere le metodologie di allenamento.
- Un significativo miglioramento delle capacità coordinative in situazioni complesse;
- Di conoscere almeno due giochi sportivi verso cui mostra di avere competenze tecnico tattiche.
- Di conoscere e di essere consapevole degli effetti positivi prodotti dall'attività fisica

sugli apparati del proprio corpo.

- Conoscere i principi fondamentali per una corretta alimentazione e per un sano stile di vita.
- Conoscere le principali norme di primo soccorso e prevenzione infortuni.
- Di impegnarsi in attività ludiche e sportive in contesti diversificati, non solo in palestra e sui campi di gioco, ma anche all'aperto, per il recupero di un rapporto corretto con l'ambiente naturale e di aver un comportamento responsabile verso il comune patrimonio ambientale per la sua tutela.

<b>ATTIVITÀ INTEGRATIVE ED AGGIUNTIVE</b>
Spettacoli teatrali, cinematografici e musicali:
Attività e manifestazioni sportive: Partecipazione alle attività del Gruppo Sportivo Scolastico
Progetti scolastici: PON, POR
Attività di orientamento
Altro: Eventuale DDI

<b>METODOLOGIE</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ LEZIONE FRONTALE</li><li>✓ DISCUSSIONE GUIDATA</li><li>✓ LAVORI DI GRUPPO</li><li>✓ PROBLEM SOLVING</li><li>✓ MAPPE CONCETTUALI</li><li>✓ SIMULAZIONI</li><li>✓ LEZIONE INTERATTIVA</li><li>✓ ESERCITAZIONI INDIVIDUALI</li><li>✓ ELABORAZIONI DI SCHEMI</li><li>✓ GRAFICI</li><li>✓ ATTIVITÀ LABORATORIALI</li><li>✓ COOPERATIVE-LEARNING</li><li>✓ E-LEARNING</li></ul>
<b>MATERIALI, STRUMENTI E SPAZI UTILIZZATI</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ LIBRI DI TESTO</li><li>✓ ALTRI TESTI</li><li>✓ SOFTWARE DIDATTICI</li><li>✓ INTERNET</li><li>✓ LIM</li><li>✓ LABORATORI</li><li>✓ BIBLIOTECA</li><li>✓ MEDIATECA</li><li>✓ CINEFORUM</li><li>✓ PALESTRA</li><li>✓ SPAZI ESTERNI</li></ul>

## **VERIFICHE**

LE VERIFICHE PER CIASCUN QUADRIMESTRE VERRANNO EFFETTUATE IN NUMERO CONGRUO

Per le verifiche verranno utilizzati: test motori di ingresso, controlli periodici basati sulle osservazioni sistematiche delle varie attività.

Interrogazioni e test di conoscenza teorica verranno effettuati per l'assegnazione del voto orale, e saranno considerati per la valutazione globale.

### **TIPOLOGIE:**

- PROVE STRUTTURATE
- SEMI-STRUTTURATE
- INTERROGAZIONI
- PROVE LABORATORIALI
- QUESTIONARI
- RELAZIONI
- TRATTAZIONE SINTETICA
- ELABORAZIONI DI PROGETTI

## **VALUTAZIONE**

La valutazione si basa sulla rilevazione dei livelli di partenza e si riferisce in primo luogo al miglioramento delle prestazioni individuali.

Verranno utilizzati: test motori di ingresso, controlli periodici basati sulle osservazioni sistematiche delle varie attività. Interrogazioni e test di conoscenza teorica verranno effettuati per l'assegnazione del voto orale, e saranno considerati per la valutazione globale. La valutazione formativa inserita nel processo di apprendimento, mediante controlli sull'acquisizione degli obiettivi operativi, servirà per testare gli apprendimenti in relazione alle metodologie adottate.

La valutazione sommativa sarà il controllo finale sul rendimento, tenendo conto delle verifiche periodiche, dei livelli di partenza, della progressione di apprendimento, della partecipazione al dialogo educativo, del livello di motivazione, della capacità di concentrazione della collaborazione, dell'impegno, dell'interesse, del grado di maturità e di responsabilità e della partecipazione attiva dimostrata.

### **TEST E ARGOMENTI DISCIPLINARI PER CLASSI PARALLELE**

Inizio anno scolastico test d'ingresso

Fine gennaio/inizio febbraio verifica quadrimestrale

Marzo verifica intermedia

Fine maggio verifica finale

# PROGETTAZIONE DIDATTICA DIGITALE INTEGRATA

*Le linee guida per la Didattica Digitale Integrata per l'anno scolastico 2020/21 fornisce indicazioni per la progettazione del piano scolastico DDI da adottare in modalità complementare alla didattica in presenza o qualora si rendesse necessaria sospendere le attività didattiche in presenza per particolari condizioni epidemiologiche. Si è resa, dunque, necessaria la rimodulazione del curriculum e la ri-progettazione delle attività didattiche. La progettazione della DDI deve consentire un equilibrato bilanciamento tra attività sincrone e asincrone, evitando che i contenuti e le metodologie siano la chiara trasposizione di quanto solitamente viene svolto in presenza. La DDI da un lato serve a mantenere viva la comunità classe e il senso di appartenenza, dall'altro è essenziale per non interrompere il percorso scolastico iniziato. Un altro aspetto, molto importante, è quello di non trascurare **i bisogni psicologici** collegati al momento e alla loro interiorizzazione. Per evitare, difatti, ripercussioni sul piano emotivo è necessario che venga rispettata costantemente la presenza di tutti durante le lezioni virtuali per rafforzare ancora di più il senso di appartenenza e di collaborazione.*

## PRIMO BIENNIO

### COMPETENZE:

Partecipare attivamente allo svolgimento delle attività didattiche, riversando un approccio corretto verso la materia nei suoi vari ambiti

- Partecipare attivamente allo svolgimento delle lezioni a distanza;
- Utilizzare mezzi informatici e multimediali.

### COMPETENZE CHIAVE PER L'APPRENDIMENTO PERMANENTE;

- Competenze digitali,
- Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare,
- Competenza in materia di cittadinanza,
- Competenza imprenditoriale,
- Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturale
- Competenza nel saper esercitare in modo efficace la pratica motoria e sportiva per il benessere.

### CONOSCENZE:

- Concetti essenziali relative all'attività motoria-sportiva come costume di vita,
- Nozioni base di anatomia e funzionalità dell'Apparato locomotore,
- Principi fondamentali alla sicurezza e prevenzione degli infortuni.
- La conoscenza degli sport di squadra e individuali indicati dal docente.
- Saper rielaborare in modo personale e originale i compiti richiesti attraverso ricerche risposte a domande aperte e visualizzazione video.

### ABILITA'

- Spirito di iniziativa, e imprenditorialità
- Saper rielaborare in modo personale, creativo e originale i lavori richiesti;
- Saper utilizzare gli strumenti multimediali.

## **SECONDO BIENNIO**

### **COMPETENZE:**

Partecipare attivamente allo svolgimento delle attività didattiche, riversando un approccio corretto verso la materia nei suoi vari ambiti.

- Partecipare attivamente allo svolgimento delle lezioni a distanza;
- Utilizzare mezzi informatici e multimediali.

### **Competenze chiave per l'apprendimento permanente:**

- Competenze digitali,
- Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare,
- Competenza in materia di cittadinanza,
- Competenza imprenditoriale,
- Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturale;
- Competenza nel riconoscere e osservare le regole di base per prevenzione agli infortuni.

### **Conoscenze:**

- Conoscere l'aspetto educativo dello sport, le sue regole;
- Conoscere il codice comportamentale del primo soccorso;
- Conoscere ed individuare il trattamento più opportuni in caso di traumi;
- Conoscere le procedure del primo intervento;
- Conoscere le problematiche legate alla sedentarietà dal punto di vista fisico e sociale.

### **ABILITA'**

- Spirito di iniziativa, e imprenditorialità
- Saper rielaborare in modo personale, creativo e originale i lavori richiesti;
- Saper utilizzare gli strumenti multimediali.

## **QUINTO ANNO:**

Partecipare attivamente allo svolgimento delle attività didattiche, riversando un approccio corretto verso la materia nei suoi vari ambiti.

- Partecipare attivamente allo svolgimento delle lezioni a distanza;
- Utilizzare mezzi informatici e multimediali.

### **Competenze chiave per l'apprendimento permanente:**

- Competenza digitale,
- Competenza personale e sociale all'interno di un gruppo-classe,
- Competenza in materia di cittadinanza e volontariato;
- Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturale che lo sport offre.

**Conoscenze:**

- La terminologia specifica della disciplina;
- Le regole dei giochi sportivi trattati;
- Le nozioni fondamentali di anatomia funzionale e prevenzione salute;
- Gli effetti positivi dell'attività fisica;
- I principi dell'alimentazione nello sport e un breve riferimento al Doping;
- Principi del Fair play.

**Abilità:**

- Spirito di iniziativa e imprenditorialità;
- Assumere un comportamento responsabile verso l'ambiente e la sicurezza;
- Saper trasferire tali abilità anche in ambito quotidiano come sviluppo di interesse personale.
- Utilizzare strumenti multimediali.

**INDICAZIONI METODOLOGICHE:**

Le metodologie saranno fondate sulla costruzione attiva e partecipata del sapere da parte degli alunni, considerando la DDI come una metodologia innovativa di insegnamento/apprendimento, in caso di nuovo lockdown o qualora emergessero necessità di contenimento del contagio o come modalità didattica complementare che integra la metodologia in presenza.

Nello specifico le linee guida di tutte le attività didattiche saranno rivolte a:

- Uso di risorse informatiche;
- Uso di strategie di insegnamento individualizzato e personalizzato (mastery learning);
- Uso della metodologia della ricerca;
- Lezione frontale e lezione dialogata;
- Presentazione dei contenuti e delle attività in forma problematica per favorire la motivazione e l'interesse (problem solving);
- Acquisizione di un metodo di studio;
- Promozione e valorizzazione della creatività

Tra le metodologie da utilizzare per la didattica digitale integrata verranno utilizzate:

- La didattica breve;
- L'apprendimento cooperativo (cooperative learning)
- La classe capovolta (flipped classroom).

In ogni azione didattica, attraverso la fiducia offerta ad ogni singolo alunno, punterà al raggiungimento di una maggiore responsabilità e autonomia nella realizzazione delle attività proposte.

**MEZZI E STRUMENTI:**

L'insegnante si avvale di:

- Mappe concettuali e schede disponibili nei siti didattici e/o elaborati,
- Power Point preparati dall'insegnante,
- Video e audio didattici preparati dall'insegnante e reperiti in rete,
- Lezioni sincrone e asincrone, prodotte da siti didattici e/o dal docente E-mail
- Le aule virtuali del Registro elettronico,

- Whatsapp.
- Video tutorial:
- Documentari;
- Compiti effettuati dagli studenti,
- Test e ogni altro prodotto scritto o elaborato dagli stessi.

## **VERIFICHE**

Nel periodo iniziale dell'anno scolastico si effettuano prove d'ingresso per valutare il grado di preparazione degli alunni e il possesso delle abilità di base.

Durante l'anno scolastico, periodicamente, i docenti somministrano prove di vario tipo (strutturate, semi strutturate, scritte e orali), in funzione dei bisogni formativi degli allievi e degli obiettivi previsti dalla programmazione didattica, così da verificare il raggiungimento dei risultati attesi ed orientare di conseguenza lo svolgimento del percorso didattico-educativo.

## **IPOTESI DI VALUTAZIONE**

- Restituzione degli elaborati corretti tramite la piattaforma Classroom;
- Test Google moduli;
- Colloqui in video lezione,

## **IPOTESI DI VALUTAZIONE FORMATIVA:**

Si terrà inoltre in considerazione per la valutazione di tipo formativo:

- Il processo di apprendimento
- Il comportamento: sono puntuali nella consegna? Imparano ad interagire all'interno di questa modalità relazionale? Rispettano i canoni previsti dal linguaggio informatico, uso dei microfono, telecamera e chat in presenza?
- Il rendimento complessivo: sono aderenti alle consegne? C'è originalità? Rispettato i ritmi di lavoro?

## **PIANO SU CUI SI OPERA:**

- Piattaforme digitali,
- Classroom,
- Meet,
- Moduli di Google per verifiche.

Personalizzazione per gli allievi DSA e con Bisogni Educativi Speciali (BES) non certificati: (riportare gli strumenti compensativi e dispensati proposti o utilizzati e/o adattamenti dei contenuti se al gruppo classe viene proposta un'attività di approfondimento e non corrispondente agli obiettivi minimi).

# CRITERI DI VALUTAZIONE

PER L'ATTRIBUZIONE DEI VOTI SI ALLEGA LA **SCALA DI VALUTAZIONE INSERITA NEL POF**

INDICATORI	DESCRITTOR I	VOTO
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. IMPEGNO</li> <li>2. METODO DI STUDIO</li> <li>3. ABILITÀ</li> <li>4. CONOSCENZA</li> <li>5. COMPETENZE</li> </ol>	<p><b>INDICE DI UN ECCELLENTE RAGGIUNGIMENTO DEGLI OBIETTIVI, CON PADRONANZA DEI CONTENUTI E DELLE ABILITÀ DI TRASFERIRLI E RIELABORARLI AUTONOMAMENTE IN UN’OTTICA INTERDISCIPLINARE. IN PARTICOLARE:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ASSIDUO E PARTECIPATIVO</li> <li>2. CAPACITÀ DI COMPIERE CORRELAZIONI ESATTE ED ANALISI APPROFONDITE</li> <li>3. USO SEMPRE CORRETTO DEI LINGUAGGI SPECIFICI E SICURA PADRONANZA DEGLI STRUMENTI</li> <li>4. CONTENUTI DISCIPLINARI COMPLETI , APPROFONDITI, RIELABORATI CON ORIGINALITÀ</li> <li>5. ACQUISIZIONE PIENA DELLE COMPETENZE PREVISTE</li> </ol>	10
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. IMPEGNO</li> <li>2. METODO DI STUDIO</li> <li>3. ABILITÀ</li> <li>4. CONOSCENZA</li> <li>5. COMPETENZE</li> </ol>	<p><b>CORRISPONDE AD UN COMPLETO RAGGIUNGIMENTO DEGLI OBIETTIVI E AD UNA AUTONOMA CAPACITÀ DI RIELABORAZIONE DELLE CONOSCENZE. IN PARTICOLARE:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ASSIDUO</li> <li>2. CAPACITÀ DI COGLIERE RELAZIONI LOGICHE, CREARE COLLEGAMENTI CON RIELABORAZIONI PERSONALI</li> <li>3. USO CORRETTO DEI LINGUAGGI SPECIFICI E DEGLI STRUMENTI.</li> <li>4. CONTENUTI DISCIPLINARI APPROFONDITI E INTEGRATI</li> <li>5. ACQUISIZIONE SICURA DELLE COMPETENZE RICHIESTE</li> </ol>	9
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. IMPEGNO</li> <li>2. METODO DI STUDIO</li> <li>3. ABILITÀ</li> <li>4. CONOSCENZA</li> <li>5. COMPETENZE</li> </ol>	<p><b>CORRISPONDE AD UN BUONO RAGGIUNGIMENTO DEGLI OBIETTIVI E AD UNA AUTONOMA CAPACITÀ DI RIELABORAZIONE DELLE CONOSCENZE. IN PARTICOLARE:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. COSTANTE E CONTINUO</li> <li>2. CAPACITÀ DI COGLIERE RELAZIONI LOGICHE E DI CREARE COLLEGAMENTI</li> <li>3. USO GENERALMENTE CORRETTO DEI LINGUAGGI SPECIFICI E DEGLI STRUMENTI</li> <li>4. CONTENUTI DISCIPLINARI COMPLETI E APPROFONDITI</li> <li>5. ACQUISIZIONE DELLE COMPETENZE RICHIESTE</li> </ol>	8
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. IMPEGNO</li> <li>2. METODO DI STUDIO</li> <li>3. ABILITÀ</li> <li>4. CONOSCENZA</li> <li>5. COMPETENZE</li> </ol>	<p><b>CORRISPONDE AD UN SOSTANZIALE RAGGIUNGIMENTO DEGLI OBIETTIVI E AD UNA CAPACITÀ DI RIELABORAZIONE DELLE CONOSCENZE ABBASTANZA SICURA. IN PARTICOLARE:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. CONTINUO</li> <li>2. CAPACITÀ DI COGLIERE RELAZIONI LOGICHE DI MEDIA DIFFICOLTÀ</li> <li>3. USO ABBASTANZA CORRETTO DEI LINGUAGGI SPECIFICI E DEGLI STRUMENTI</li> <li>4. CONTENUTI DISCIPLINARI COMPLETI</li> <li>5. ACQUISIZIONE DELLE COMPETENZE FONDAMENTALI RICHIESTE</li> </ol>	7
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. IMPEGNO</li> <li>2. METODO DI STUDIO</li> <li>3. ABILITÀ</li> <li>4. CONOSCENZA</li> <li>5. COMPETENZE</li> </ol>	<p><b>CORRISPONDE AD UN SUFFICIENTE RAGGIUNGIMENTO DEGLI OBIETTIVI , IN PARTICOLARE</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. CONTINUO SE SOLLECITATO</li> <li>2. CAPACITÀ DI COGLIERE RELAZIONI LOGICHE SEMPLICI</li> <li>3. USO SEMPLICE DEI LINGUAGGI E DEGLI STRUMENTI SPECIFICI</li> <li>4. CONTENUTI DISCIPLINARI APPRESI IN MODO SOSTANZIALE</li> <li>5. ACQUISIZIONE DELLE COMPETENZE MINIME RICHIESTE</li> </ol>	6
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. IMPEGNO</li> <li>2. METODO DI STUDIO</li> <li>3. ABILITÀ</li> <li>4. CONOSCENZA</li> <li>5. COMPETENZE</li> </ol>	<p><b>CORRISPONDE AD UN PARZIALE RAGGIUNGIMENTO DEGLI OBIETTIVI MINIMI:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. DISCONTINUO</li> <li>2. CAPACITÀ DI COGLIERE PARZIALMENTE SEMPLICI RELAZIONI LOGICHE</li> <li>3. DIFFICOLTÀ NELL’USO DEI LINGUAGGI SPECIFICI E DEGLI STRUMENTI.</li> <li>4. CONTENUTI DISCIPLINARI APPRESI IN MODO PARZIALE</li> <li>5. NON ADEGUATA ACQUISIZIONE DELLE COMPETENZE</li> </ol>	5



	RICHIESTE	
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. IMPEGNO</li> <li>2. METODO DI STUDIO</li> <li>3. ABILITÀ</li> <li>4. CONOSCENZA</li> <li>5. COMPETENZE</li> </ol>	<p><b>CORRISPONDE AD UN FRAMMENTARIO RAGGIUNGIMENTO DEGLI OBIETTIVI MINIMI</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. SALTUARIO</li> <li>2. COGLIE DIFFICILMENTE SEMPLICI RELAZIONI LOGICHE</li> <li>3. LIMITATO USO DEI LINGUAGGI SPECIFICI E DEGLI STRUMENTI</li> <li>4. CONTENUTI DISCIPLINARI APPRESI IN MODO FRAMMENTARIO E DISORGANICO</li> <li>5. SCARSA ACQUISIZIONE DELLE COMPETENZE RICHIESTE</li> </ol>	4
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. IMPEGNO</li> <li>2. METODO DI STUDIO</li> <li>3. ABILITÀ</li> <li>4. CONOSCENZA</li> <li>5. COMPETENZE</li> </ol>	<p><b>CORRISPONDE AL NON RAGGIUNGIMENTO DEGLI OBIETTIVI MINIMI</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. INESISTENTE</li> <li>2. INCAPACITÀ DI ORIENTARSI IN SEMPLICI SITUAZIONI PROBLEMATICHE</li> <li>3. INADEGUATO E CONFUSIONARIO USO DEI LINGUAGGI SPECIFICI E DEGLI STRUMENTI</li> <li>4. CONTENUTI DISCIPLINARI INESISTENTI</li> <li>5. MANCATA ACQUISIZIONE DI COMPETENZE RICHIESTE</li> </ol>	3/2

Aversa lì 20/09/2020

I docenti

CECERE L.  
CORONELLA S.  
NERONE M. C.  
MEROLA M.  
PALMIERI L.  
TABARRO M. D.

Il Referente di disciplina  
Prof. Luigi Palmieri