

PROGRAMMAZIONE DEL DOCENTE

Anno Scolastico 2022/2023

PRIMO BIENNIO

Materia di insegnamento: Scienze Motorie e Sportive

Classe

1° sezione A Informatica

Docente:

Prof.ssa Calabrese Marcella

PROFILO GENERALE DELLA CLASSE (caratteristiche cognitive, comportamentali, atteggiamento verso la materia, interessi, partecipazione..)

La classe è composta da 26 alunni, 23 maschi e 3 femmine provenienti in 12 da Castrovillari e rimanenti da paesi limitrofi.

Nonostante la classe sia numerosa, durante le lezioni il comportamento degli alunni è corretto, rispettoso delle regole e propenso al dialogo educativo. La partecipazione alle attività proposte è adeguata anche se spesso è necessario stimolarli per mantenere costante la loro attenzione evidenziando di conseguenza un atteggiamento ancora per alcuni tratti infantile. La quasi totalità della classe manifesta un impegno adeguato e un interesse propositivo nei confronti delle attività motorie.

Dai test d'ingresso somministrati nei primi mesi di scuola, emerge un corposo numero di alunni con risultati medio-alti con particolare riferimento alle capacità motorie condizionali mentre i rimanenti si attestano su un livello mediocre.

▪ LIVELLI DI APPRENDIMENTO IN INGRESSO

<i>ASSE CULTURALE :Asse dei linguaggi</i>		
<i>DISCIPLINA: Scienze motorie e sportive</i>		
LIVELLO BASSO	LIVELLO MEDIO	LIVELLO ALTO
0 %	31%	69%

LEGENDA			
FASCIA		LIVELLO	
A - Buono / Ottimo	- 8 - 10	Livello Alto	LA
B - Discreto	- 7 - 7 1/2	Livello Medio	LM
C - Sufficiente	- 6 1/2 5 1/2	Livello Basso	LB
D - Insufficiente / Mediocre	- 4 - 5		
E - Gravemente Insufficiente	- 1 - 3 1/2		

FONTI DI RILEVAZIONE DEI DATI:

- Test di valutazione delle capacità motorie.
Capacità coordinative:
Coordinazione oculo-manuale (tiro con la pallina in un bersaglio)
Equilibrio: traslocazione su asse di equilibrio
Capacità condizionali:
Forza: Salto in lungo da fermi. Sergeant test. Lancio palla medica. Test addominali.
Resistenza: Test di Cooper adattato.
Velocità: Corsa veloce sui 30 mt.
Mobilità articolare: Flessione tronco. Cingolo scapolo – omerale.
- Osservazione diretta
- Colloqui con gli alunni
- Questionari

ATTIVITA' DI RECUPERO E DI SOSTEGNO CHE SI INTENDONO ATTIVARE PER COLMARE LE LACUNE RILEVATE

Si coinvolgeranno gli alunni in difficoltà nelle attività sportive con compiti di arbitraggio.

Si forniranno continue occasioni di successo.

Attività di tutoraggio da parte degli allievi più preparati verso quelli più deboli.

Si daranno compiti di responsabilità e assistenza durante le esercitazioni pratiche.

MISURE COMPENSATIVE E DISPENSATIVE PER GLI ALUNNI CERTIFICATI DSA E BES

L'azione che verrà posta in essere prevede di:

- raccogliere il maggior numero di informazioni attingendo alla documentazione dell'alunno
- privilegiare il gruppo classe in tutte le situazioni in cui la disabilità non richiede un intervento segnatamente specialistico
- utilizzare il piccolo gruppo nelle situazioni più problematiche
- sensibilizzare i compagni di classe e ricercare leader positivi di riferimento
- indurre negli allievi la consapevolezza di cosa significhi la difficoltà in questione, anche attraverso simulate
- dare opportunità di movimento che favoriscano al massimo la motricità volontaria
- proporre attività che coinvolgano emotivamente il soggetto e lo rendano protagonista del movimento

per stabilire un protocollo motorio verrà effettuato un esame morfologico e funzionale, tenuto conto di quanto riportato nelle certificazioni, del parere dei familiari e del soggetto stesso. Verranno predisposti test iniziali, in itinere e finali per valutare, in particolare:

- lateralizzazione
- esame funzionale

ISTITUTO TECNICO INDUSTRIALE STATALE "E. FERMI" – CASTROVILLARI –

- comunicazione
- capacità attentiva e relazionale
- livello cognitivo(organizzazione motoria e livello di comprensione e di attenzione)

Obiettivi generali

- mantenimento di uno stato di buona salute;
- raggiungimento\ mantenimento di un buon grado di autonomia personale
- sviluppo\miglioramento\consolidamento\mantenimento di schemi motori di base e delle capacità psicomotorie

Intervento specifico nell'ambito delle capacità motorie

- nelle capacità condizionali terremo presenti deficit di forza spesso collegati ad un ipotono, o problemi di controllo se presente ipertono, e ci interesserà soprattutto la forza resistente, quella maggiormente utilizzata nella vita quotidiana
- nelle capacità coordinative ci soffermeremo sulla capacità di apprendimento\controllo\adattamento e su tutte quelle capacità utili per la massima autonomia personale(equilibrio, spazio tempo, coordinazione oculo manuale e oculopodolica, ritmizzazione)
- stimolazioni sensoperceptive per mantenere l'efficienza delle funzioni

QUADRO DEGLI OBIETTIVI DI COMPETENZA

ASSE CULTURALE: Asse dei linguaggi

<p>Competenze disciplinari <i>Obiettivi generali di competenza della disciplina definiti all'interno dei Gruppi Disciplinari</i></p> <p>Competenze di cittadinanza <i>(competenze trasversali di riferimento)</i></p>	<ol style="list-style-type: none">1. gestire le capacità logico-motorie in modo finalizzato;2. relazionarsi con gli altri all'interno di un gruppo, dimostrandosi disponibili ad ascoltare e collaborare in vista di uno scopo comune;3. utilizzare consapevolmente gesti, movimenti, abilità nei diversi contesti <ol style="list-style-type: none">1. Riflettere sui diritti e doveri propri e altrui nel rispetto delle differenze e delle identità di ciascuno.2. Riconoscere e fruire del valore socio – culturale estetico del patrimonio ambientale del territorio e dimostrare sensibilità per la sua tutela.3. Interagire nel sociale mantenendo atteggiamenti responsabili in relazione ai bisogni propri nelle
--	--

	<p>differenti realtà.</p> <p>4. Mettere in atto comportamenti funzionali alla sicurezza e alla prevenzione, al mantenimento della salute e del benessere.</p>
--	---

ARTICOLAZIONE DELLE COMPETENZE IN ABILITA' E CONOSCENZE

ABILITA'/CAPACITA'	CONOSCENZE
<p>1. a Eseguire i test con la giusta tecnica</p> <p>b Saper eseguire esercizi di allungamento muscolare</p> <p>c saper eseguire un'attività motoria per un tempo prolungato in condizione aerobica</p>	<p>1. a conoscere la corretta tecnica esecutiva degli esercizi a carico naturale</p> <p>b conoscere in modo elementare l'apparato locomotore</p> <p>c conoscere la funzionalità cardio-respiratoria</p>
<p>2. a saper eseguire correttamente gli esercizi di riscaldamento prima dell'attività motoria</p> <p>b saper eseguire esercizi ginnici che implicino molteplici usi del proprio corpo</p> <p>c saper scegliere esercizi di riscaldamento adatti alla prevenzione degli infortuni.</p>	<p>2. a conoscere i principi e le fasi del riscaldamento</p> <p>b conoscere gli esercizi di coordinazione complessa, di equilibrio e la pre-acrobatica.</p> <p>c conoscere i grandi e piccoli attrezzi e il loro uso</p> <p>d conoscere le norme elementari di comportamento per la prevenzione degli infortuni.</p>
<p>3. a saper eseguire la tecnica di base di corse, lanci e salti nell'atletica leggera</p> <p>b saper eseguire i fondamentali individuali della pallavolo, del calcio e del basket anche in situazione di gioco.</p>	<p>3. a conoscere la tecnica delle discipline praticate</p> <p>b conoscere le norme regolamentari</p> <p>c conoscere la terminologia essenziale del gioco.</p>

- STANDARD MINIMI (indicare le capacità e le conoscenze che l'alunno deve necessariamente raggiungere nel corso dell'anno per poter agevolmente accedere all'anno successivo, tenendo conto di quanto stabilito in sede di Dipartimento e di Consiglio di Classe

ABILITA'/CAPACITA'	CONOSCENZE
1. tollerare un carico di lavoro per un tempo prolungato. vincere resistenze rappresentate dal carico naturale.	1. conoscere le capacità motorie di base (condizionali e coordinative).
2. saper eseguire i fondamentali individuali della pallavolo, del calcio in situazioni di gioco semplice e le specialità dell'atletica leggera in generale	2. conoscere nei vari ruoli, almeno due discipline individuali e due sport di squadra.
3. saper eseguire correttamente il riscaldamento prima dell'attività motoria	3. conoscere le norme elementari di comportamento ai fini della prevenzione degli infortuni ed in caso di incidenti.

VERIFICA E VALUTAZIONE

La valutazione, fase significativa del processo di apprendimento, in educazione fisica intende misurare i risultati sia del comportamento motorio che di quello socio-relazionale.

Per la valutazione dell'area motoria saranno individuate alcune prestazioni tra quelle che indicano il possesso e il livello delle capacità e delle acquisizioni di tipo motorio e sportivo il più possibile correlate con l'obiettivo prefissato.

La valutazione motoria si articolerà in tre sottogruppi:

1. aspetto coordinativo generale, per mezzo di prove che evidenzino soprattutto il possesso di determinate abilità e di controllo del movimento;
2. aspetto tecnico – sportivo, attraverso l'esecuzione di gesti e movimenti propri di una determinata disciplina sportiva;
3. capacità condizionali, per mezzo di prove standardizzate, test.

La valutazione è determinata dalle tabelle di trasformazione del valore della prestazione in voto decimale.

Per il comportamento socio relazionale si ricorrerà alla osservazione sistematica dei singoli alunni sui seguenti aspetti:

- puntualità;
- frequenza;
- partecipazione alle attività proposte;
- interesse per le attività proposte;
- rispetto delle regole;
- spirito di collaborazione con i compagni.

- **STRUMENTI PER LA VERIFICA FORMATIVA** (controllo in itinere del processo di apprendimento)

Osservazione diretta, test e prove pratiche, autovalutazione, tornei a squadre.

Da evidenziare che la disciplina per il suo carattere specifico, si presta a verifiche simultanee, infatti ogni esecuzione motoria dà immediatamente la misura del livello di apprendimento.

- **STRUMENTI PER LA VERIFICA SOMMATIVA** (controllo del profitto scolastico ai fini della valutazione)

ISTITUTO TECNICO INDUSTRIALE STATALE "E. FERMI" – CASTROVILLARI –

Le verifiche sommative si attueranno tramite test e verifiche o prove oggettive e tramite il raffronto con i livelli di partenza. Si effettueranno verifiche scritte su contenuti teorici attraverso quesiti a risposta aperta o a risposta multipla. Verranno sintetizzati i risultati delle varie valutazioni in un solo giudizio o voto terminale alla fine di ogni trimestre.

MODALITA' DI VALUTAZIONE (tabella di corrispondenza tra voto e livello di raggiungimento dell'obiettivo)

Livello voto	abilità	conoscenza	competenza
1-2 Scarso Gravemente insufficiente	Si rifiuta di eseguire quanto richiesto. Non partecipa e non collabora.	Non espresse	Non evidenziate per mancanza di applicazione, partecipazione e rispetto delle regole.
3-4 insufficiente	Esegue il gesto motorio in modo parziale e approssimativo. Non si impegna e non collabora in modo adeguato.	Frammentarie e superficiali.	Non sa produrre risposte motorie adeguate alle richieste e al contesto. Non accetta i propri limiti e quelli dei compagni.
5 mediocre	Esegue il gesto motorio esprimendo imprecisioni e incertezze.	Incerte e incomplete	Esprime insicurezza ed errori nelle diverse attività motorie e sportive. Gestisce con difficoltà semplici collegamenti e relazioni.
6 sufficiente	Esegue il gesto motorio in modo semplice ed adeguato.	Essenziali ed appropriate.	Guidato, gestisce in modo sostanzialmente corretto conoscenze e attività motorie proposte.
7 discreto	Esegue il gesto motorio in modo adeguato ed essenzialmente corretto. Partecipa in modo adeguato alle attività di gruppo.	Adeguate e globalmente corrette.	sa produrre risposte motorie in modo adeguato e fondamentalmente corretto.
8 buono	Rivela buona esecuzione del gesto motorio e buone capacità di collegamento. Sa valutare i propri limiti e prestazioni.	Complete e corrette.	Utilizza le conoscenze e le applica correttamente anche in situazioni nuove. Sa rielaborare gli apprendimenti acquisiti.
9-10 ottimo eccellente	Ottime qualità motorie. Esprime gesti tecnici e sportivi con sicurezza operando in modo autonomo nei diversi contesti disciplinari. Comprende e affronta le attività con responsabilità e collaborazione.	Complete, approfondite e rielaborate in modo personale	Applica le conoscenze con sicurezza e personalità. Lavora in gruppo e individualmente, confrontandosi con i compagni. Mostra un atteggiamento positivo verso uno stile di vita attivo. Sa individuare collegamenti e relazioni.

ATTIVITA'INTEGRATIVE EXTRACURRICULARI

Le competenze acquisite vengono ulteriormente approfondite nelle attività integrative extracurricolari. Consapevoli dell'esigenza di movimento degli allievi e certi dei benefici che l'attività fisica produce non solo sull'area tecnico-motoria ma anche su quella socio-affettiva dell'alunno, si organizzeranno le seguenti attività:

- partecipazione ai Giochi Sportivi Studenteschi,
- organizzazioni tornei interni di giochi sportivi scolastici.
- giornate sportive di sci e/o escursionismo.

METODI DI INSEGNAMENTO

▪ APPROCCI DIDATTICI, TIPOLOGIA DI ATTIVITA' E MODALITA' DI LAVORO

La metodologia adottata terrà maggiormente conto delle esigenze del singolo ragazzo e del gruppo, privilegerà la formazione di base generale, creerà situazioni sempre nuove, coinvolgerà tutti gli alunni nell'acquisire esperienze, cercare soluzioni e modalità personali di apprendimento accettando l'errore. Inoltre fornirà graduali occasioni di successo. Apprendimento per prove ed analisi degli errori. Esercitazioni individuali e collettive. Dimostrazione pratica e diretta. Coinvolgimento degli allievi nelle fasi dell'organizzazione dell'attività.

LIBRI DI TESTO

Più movimento G. Fiorini, S Bocchi, S. Coretti, E. Chiesa

Marietti scuola

TESTI DI LETTURA; DI CONSULTAZIONE; DISPENSE; FOTOCOPIE

Fotocopie, riviste specializzate ed altro materiale che si ritiene utile consultare all'occorrenza.

ISTITUTO TECNICO INDUSTRIALE STATALE "E. FERMI" – CASTROVILLARI –

ARTICOLAZIONE DEI CONTENUTI E TEMPI

(in riferimento alle competenze di Asse e Cittadinanza)

CONTENUTI Organizzati per moduli	STRATEGIE DIDATTICHE (indicare la metodologia e gli strumenti didattici utilizzati)	VERIFICHE (indicare il tipo di verifica – formativa o sommativa – e gli strumenti utilizzati)	TEMPI (indicare il periodo o il numero di ore dedicate per ogni fase)
POTENZIAMENTO FISIOLÓGICO: Lavoro prolungato in situazione aerobica. Attività ed esercizi a carico naturale Esercizi a corpo libero e con attrezzi per il miglioramento della mobilità articolare.	Esercitazioni pratiche: Lavoro individuale Lavoro individualizzato Lavoro di gruppo Dimostrazione pratica e diretta. Piccoli e grandi attrezzi presenti in palestra.	Test di valutazione dell'efficienza fisica. Osservazione diretta. Prove pratiche e teoriche. Questionari.	1° Trimestre
AFFINAMENTO FUNZIONI NEURO-MUSCOLARI: Esercizi di coordinazione complessa in situazioni spazio-temporali mutevoli. Attività ed esercizi di equilibrio in situazioni dinamiche complesse. Pre-acrobatica. Percorsi e circuiti.	Esercitazioni pratiche: Lavoro individuale Lavoro individualizzato Lavoro di gruppo Dimostrazione pratica e diretta. Piccoli e grandi attrezzi presenti in palestra.	Test di valutazione dell'efficienza fisica. Osservazione diretta. Prove pratiche. Questionari	1° Trimestre/2 Trimestre
AVVIAMENTO ALLA PRATICA SPORTIVA: Pallavolo: Fondamentali individuali. Regole di gioco, arbitraggio. Calcio: Fondamentali individuali. Regole di gioco Basket: Fondamentali individuali. Regole di gioco Atletica leggera: Salti, lanci, corsa. Tennistavolo Badminton	Esercitazioni pratiche: Lavoro individuale Lavoro individualizzato Lavoro di gruppo Dimostrazione pratica e diretta. Piccoli e grandi attrezzi presenti in palestra.	Osservazione diretta. Prove pratiche. Questionari. Gare.	1° Trimestre 2° Trimestre 3° Trimestre
PREVENZIONE DEGLI INFORTUNI E PRIMO SOCCORSO. I principali traumi a carico dell'apparato locomotore. Nozioni di anatomia. Nozioni di igiene.	Lezione frontale con interventi. Discussione, interrogazione dialogata con la classe.	Verifiche orali. Questionari. Test a risposta aperta e chiusa.	1° Trimestre 2° Trimestre 3° Trimestre