

PROGRAMMAZIONE DEL DOCENTE

Anno Scolastico 2022/2023

SECONDO BIENNIO

Materia di insegnamento: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Classe: 3A INFORMATICA

Docente: FEOLI TERESA

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

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

La classe composta da 17 alunni tutti maschi, mostra impegno costante e partecipazione attiva alle lezioni. Desiderosi di apprendere, di migliorare e potenziare le loro già buone capacità fisiche, mostrano un atteggiamento positivo verso l'attività motoria e lo sport in generale.

Dalle verifiche iniziali fatte attraverso i test per la valutazione delle capacità motorie di tipo condizionale, è emerso un buon livello nella classe. La maggior parte degli alunni mostrano abilità tecniche e ottime capacità motorie, solo alcuni ancora sono impacciati nell'applicazione della tecnica e di conseguenza la prestazione motoria manca di efficacia e disinvoltura.

I risultati emersi sono raggruppati per livelli nella seguente tabella:

▪ 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
5,9 %	64,7 %	29,4 %

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

FONTI DI RILEVAZIONE DEI DATI:

- Test di valutazione delle capacità motorie.
- **Capacità coordinative:**

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 e coxo- femorale

- 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

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 disabilità 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 nella diagnosi funzionale e clinica, del parere dei familiari e del soggetto stesso. Verranno predisposti test iniziali, in itinere e finali per valutare, in particolare:

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

Obiettivi generali

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

- 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 sensopercettive per mantenere l'efficienza delle funzioni

QUADRO DEGLI OBIETTIVI DI COMPETENZA

ASSE CULTURALE: Asse dei linguaggi

<p><u>Competenze disciplinari</u> <i>Obiettivi generali di competenza della disciplina definiti all'interno dei Gruppi Disciplinari</i></p> <p><u>Competenze di cittadinanza</u> <i>(competenze trasversali di riferimento)</i></p>	<ol style="list-style-type: none">1. Elaborare e, quando possibile, attuare praticamente risposte motorie in situazioni complesse.2. Cooperare in equipe utilizzando e valorizzando le propensioni individuali e l'attitudine a ruoli definiti.3. Trasferire e ricostruire autonomamente e in collaborazione con il gruppo, tecniche, strategie, regole, adattandole alle capacità, esigenze, spazi e tempi cui si dispone. <ol style="list-style-type: none">1. Osservare e interpretare i fenomeni legati al mondo sportivo e all'attività fisica.2. Riconoscere e fruire del valore socio – culturale estetico del patrimonio ambientale del territorio e dimostrare sensibilità e responsabilità per la sua tutela.3. Assumere stili di vita e comportamenti attivi nei confronti della salute dinamica, conferendo il giusto valore all'attività fisica e sportiva
--	--

ARTICOLAZIONE DELLE COMPETENZE IN ABILITA' E CONOSCENZE

ABILITA'/CAPACITA'	CONOSCENZE
<p>1. a Eseguire i test con la giusta tecnica b Capacità di tollerare un carico di lavoro per un tempo prolungato. c Capacità di sopportare carichi addizionali di entità adeguata.</p>	<p>1. a conoscere le qualità fisiche, le loro caratteristiche ed i mezzi di allenamento per incrementarle. b conoscere i meccanismi energetici che permettono il movimento. c Conoscere le funzioni dell'apparato cardio-circolatorio in relazione all'attività sportiva</p>
<p>2. a saper eseguire le tecniche specifiche individuali e di squadra nelle varie situazioni di gioco. b saper svolgere le funzioni di arbitraggio. c saper condurre una seduta di allenamento in modo funzionale e corretto. d saper soccorrere un infortunato e saper agire su semplici situazioni traumatiche.</p>	<p>2. a conoscere le caratteristiche tecnico- tattiche e metodologiche degli sport praticati. b conoscere le regole di gioco degli sport praticati. c conoscere gli esercizi e la loro propedeuticità nella conduzione di un allenamento. d conoscere i comportamenti efficaci ed adeguati da adottare in caso di infortunio.</p>
<p>3. a saper applicare operativamente le conoscenze delle metodiche inerenti al mantenimento della salute b saper scegliere gli alimenti per una corretta dieta in relazione allo sport praticato c essere consapevoli degli effetti e dei rischi derivanti dalla assunzione di sostanze dopanti</p>	<p>3. a conoscere i criteri per un razionale ed efficace allenamento. b conoscere i principi nutritivi per un'alimentazione equilibrata. c Conoscere i danni provocati dalle sostanze tossiche.</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
<ol style="list-style-type: none"> 1. avere consapevolezza del potenziamento delle capacità motorie attraverso l'attività sportiva per uno sviluppo armonico del proprio corpo. 2. Saper dosare gli impegni e gli sforzi fisici al fine di ottenere risultati positivi. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. conoscere le capacità motorie di base (condizionali e coordinative) e il loro incremento.
<ol style="list-style-type: none"> 2. saper eseguire i fondamentali individuali e di squadra degli sport praticati. 	<ol style="list-style-type: none"> 2 conoscere le caratteristiche Tecnico- tattiche e metodologiche degli sport praticati
<ol style="list-style-type: none"> 3. saper soccorrere un infortunato e saper agire su semplici situazioni traumatiche. 	<ol style="list-style-type: none"> 3. conoscere i comportamenti efficaci ed adeguati da adottare in caso di infortunio.

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)

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

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

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 (preferibilmente organizzati per moduli o blocchi tematici e suddivisi in unità didattiche)	OBIETTIVI (relativi ai contenuti e suddivisi per: - Conoscenza - Competenza - Capacità)	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 di opposizione e resistenza Esercizi di coordinazione generali e speciali.	Capacità di tollerare un carico di lavoro per un tempo prolungato. Capacità di sopportare carichi addizionali di entità adeguata Miglioramento della mobilità articolare. Affinamento delle capacità coordinative generali e speciali.	Esercitazioni pratiche: Lavoro individuale Lavoro individualizzato Lavoro collettivo Lavoro di gruppo Dimostrazione pratica e diretta. Piccoli e grandi attrezzi presenti in palestra.	Test di valutazione dell'efficienza fisica. Osservazione diretta. Prove pratiche.	1° TRIMESTRE 2° TRIMESTRE 3°TRIMESTRE
PRATICA SPORTIVA: Pallavolo: Fondamentali individuali e di squadra. Regole di gioco ,arbitraggio. Pallacanestro: Fondamentali individuali. Regole di Pallacanestro. Atletica leggera: Salti, lanci, corse. Tennistavolo, Badminton, Scacchi	Conoscere le caratteristiche tecnico-tattiche e metodologiche degli sport praticati. Praticare almeno due degli sport programmati nei ruoli congeniali alle proprie attitudini e propensioni. Potenziamento capacità logico-matematico.	Esercitazioni pratiche: Lavoro individuale Lavoro individualizzato Lavoro collettivo Lavoro di gruppo Dimostrazione pratica e diretta. Piccoli e grandi attrezzi presenti in palestra.	Test di valutazione dell'efficienza fisica. Osservazione diretta. Prove pratiche.	2° Trimestre 3° Trimestre
INFORMAZIONI FONDAMENTALI SULLA TUTELA DELLA SALUTE E PREVENZIONE DEGLI INFORTUNI: Cenni di fisiologia ed anatomia dei principali apparati e organi. Elementi di primo soccorso. Alimentazione sport e dieta. Doping e fumo.	Saper applicare operativamente le conoscenze delle metodiche inerenti al mantenimento della salute. Conoscere i comportamenti efficaci ed adeguati da adottare in caso di infortunio. Saper mettere in pratica le norme di comportamento ai fini della prevenzione degli infortuni.	Lezione frontale con interventi. Discussione interrogazione dialogata con la classe. Prove strutturate. Fotocopie, libro di testo ,riviste specializzate.	Prove strutturate: Verifiche orali.	1° TRIMESTRE 2° TRIMESTRE 3°Trimestre

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

ATTIVITA IN AMBIENTE NATURALE		Conoscere i comportamenti per migliorare il rapporto uomo natura	Attività di gruppo. Discussione dialogata con la classe.				3° TRIMESTRE	
----------------------------------	--	---	--	--	--	--	--------------	--