

# **PROGRAMMAZIONE DEL DOCENTE**

**Anno Scolastico 2022/2023**

**SECONDO BIENNIO**

Materia di insegnamento: Scienze motorie e sportive

Classe 4AM

Docente: Fortunato Raffaella

Data di consegna: 19/12/2022

## PROFILO GENERALE DELLA CLASSE

La classe è formata da 18 alunni, tutti di sesso maschile. E' presente un ripetente frequentante, anche se saltuariamente, mentre un altro ragazzo, pur risultando iscritto, non ha mai preso parte alle lezioni. Gli alunni rispondono alle proposte educative quasi sempre positivamente. Le lezioni sono seguite con attenzione da buona parte dei ragazzi. La classe interagisce quasi sempre in modo costruttivo e consapevole, grazie anche all'adeguamento delle proposte motorie al grado di maturazione dei ragazzi. Sono ragazzi che vanno stimolati opportunamente, facendo leva sulle motivazioni della fascia di età degli alunni, e ciò può avere ricadute anche sul coinvolgimento e partecipazione di tutta la classe al dialogo educativo anche nelle altre discipline.

Dalle verifiche effettuate con i test di ingresso (test motori, osservazione diretta, colloqui con gli alunni) e dopo il modulo di allineamento è emerso un livello alto della classe. L'impegno che gli alunni dimostrano fa sperare in miglioramenti sia delle conoscenze, che delle abilità, che delle competenze. La didattica in presenza dà l'opportunità di concentrarsi sulla parte pratica delle Scienze motorie, integrandola alla teoria, affinché si trasformi in competenza.

## ATTIVITA' DI RECUPERO E DI SOSTEGNO CHE SI INTENDONO ATTIVARE PER COLMARE LE EVENTUALI 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.

## QUADRO DEGLI OBIETTIVI DI COMPETENZA

ASSE CULTURALE: Asse dei linguaggi

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

ARTICOLAZIONE DELLE COMPETENZE IN ABILITA' E CONOSCENZE

ABILITA'/CAPACITA'	CONOSCENZE
<p>1.  <b>A.</b> Eseguire i test con la giusta tecnica  <b>B.</b> Capacità di tollerare un carico di lavoro per un tempo prolungato.  <b>C.</b> Capacità di sopportare carichi addizionali di entità adeguata.</p>	<p>1.  <b>A.</b> conoscere le qualità fisiche, le loro caratteristiche ed i mezzi di allenamento per incrementarle.  <b>B.</b> conoscere i meccanismi energetici che permettono il movimento.  <b>C.</b> Conoscere le funzioni dell'apparato cardio-circolatorio in relazione all'attività sportiva</p>
<p>2.  <b>A.</b> saper eseguire le tecniche specifiche individuali e di squadra nelle varie situazioni di gioco.  <b>B.</b> saper svolgere le funzioni di arbitraggio.  <b>C.</b> saper condurre una seduta di allenamento in modo funzionale e corretto.  <b>D.</b> saper soccorrere un infortunato e saper agire su semplici situazioni traumatiche.</p>	<p>2.  <b>A.</b> conoscere le caratteristiche tecnico-tattiche e metodologiche degli sport praticati.  <b>B.</b> conoscere le regole di gioco degli sport praticati.  <b>C.</b> conoscere gli esercizi e la loro propedeuticità nella conduzione di un allenamento.  <b>D.</b> conoscere i comportamenti efficaci ed adeguati da adottare in caso di infortunio.</p>
<p>3.  <b>A.</b> saper applicare operativamente le conoscenze delle metodiche inerenti al mantenimento della salute  <b>B.</b> saper scegliere gli alimenti per una corretta dieta in relazione allo sport praticato  <b>C.</b> essere consapevoli degli effetti e dei rischi derivanti dalla assunzione di sostanze dopanti</p>	<p>3.  <b>A.</b> conoscere i criteri per un razionale ed efficace allenamento.  <b>B.</b> conoscere i principi nutritivi per un'alimentazione equilibrata.  <b>C.</b> 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
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.	1. conoscere le capacità motorie di base (condizionali e coordinative) e il loro incremento.
2. saper eseguire i fondamentali individuali e di squadra degli sport praticati.	2 conoscere le caratteristiche Tecnico- tattiche e metodologiche degli sport praticati
3. saper soccorrere un infortunato e saper agire su semplici situazioni traumatiche.	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.

Ai fini della **valutazione** si terrà presente della differenza fra il livello delle abilità motorie possedute precedentemente al lavoro svolto e il livello acquisito al termine dell'apprendimento. Questa differenza ci indica quanto il lavoro svolto unito allo sviluppo fisiologico del soggetto, abbia migliorato il livello delle abilità e della motricità dello stesso. Oltre ad una osservazione sistematica dei processi di apprendimento e del miglioramento, si propongono prove oggettive di profitto su argomenti svolti.

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)

La misurazione (**verifica**) viene effettuata per conoscere i livelli di abilità del singolo alunno, il grado della tecnica specifica raggiunta, il livello delle conoscenze e delle competenze acquisite attraverso la griglia predisposta.

Non secondari saranno il livello di motivazione, la capacità di concentrazione, la collaborazione, l'impegno, l'interesse, la partecipazione attiva dimostrata dall'alunno. 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.

In particolare si opereranno:

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

- **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 potranno effettuare 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.

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.

## METODOLOGIE E STRATEGIE DI INSEGNAMENTO

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

L'intervento educativo della disciplina non si basa solo su aspetti pratici specifici della materia, ma sul raggiungimento di una *cultura del movimento* e sul concetto di *corporeità*, attraverso un percorso operativo coerente in un momento in cui, su un piano più generale, si assiste ad una divulgazione del concetto che la salute psicofisica passa anche attraverso una percezione diversa del corpo.

Ponendo al centro la formazione del singolo ragazzo e del gruppo, si privilegerà la formazione di base generale, creando situazioni sempre nuove, coinvolgendo tutti gli alunni nell'acquisire esperienze, cercare soluzioni e modalità personali di apprendimento in termini di crescita personale oltre che sociale.

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

Le occasioni di successo e le strategie di apprendimento per prove ed errori, l'analisi di questi ultimi, la proposta di esercitazioni individuali e collettive con dimostrazione pratica e diretta ed attraverso il ricorso a strumenti multimediali, vedranno il coinvolgimento degli allievi nelle diverse fasi dell'organizzazione dell'attività. In linea generale si cercherà di presentare gli argomenti facilitando la comprensione con dimostrazioni, proposte multimediali e analisi teorico-pratiche e guidando i tentativi e le correzioni con incoraggiamenti. Ogni attività sarà dosata nel tempo e nell'intensità in maniera idonea e alternandola al gioco finalizzato. Inoltre si cercherà di coinvolgere e stimolare un numero sempre maggiore di allievi alla pratica sportiva, in presenza organizzando partite e tornei interni (anche al gruppo-classe) affidando agli allievi eventualmente esonerati, o con problemi occasionali, compiti di giuria, organizzazione o arbitraggio, a distanza attraverso la proposizione di modelli virtuosi e motivanti di approccio alla pratica sportiva.

- **MEZZI E STRUMENTI**

### *LIBRI DI TESTO*

Fiorini, Coretti, Lovecchio, Bocchi

**EDUCARE AL MOVIMENTO.**

De AgostiniScuola SpA- Novara- Prima edizione 2018 e ristampe successive

### *TESTI DI LETTURA; DI CONSULTAZIONE; DISPENSE; FOTOCOPIE*

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

### *STRUMENTI MULTIMEDIALI*

Piattaforme dedicate (G-Suite, Google Classroom e simili), link, video, tutorial, appendice multimediale del libro di testo

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

**ARTICOLAZIONE DEI CONTENUTI E TEMPI**

**(in riferimento alle competenze di Asse e Cittadinanza)**

<b>CONTENUTI</b>	<b>OBIETTIVI:</b> Conoscenza Competenza Capacità	<b>STRATEGIE DIDATTICHE</b>	<b>VERIFICHE</b>	<b>TEMPI</b>
<p><b>POTENZIAMENTO FISIOLÓGICO:</b> Lavoro prolungato in situazione aerobica. Attività ed esercizi a carico naturale Esercizi di opposizione e resistenza Esercizi di coordinazione generali e speciali Criteri per un razionale ed efficace allenamento.</p>	<p>Capacità di tollerare un carico di lavoro per un tempo prolungato. Capacità di sopportare carichi addizionali di entità adeguata Miglioramento della mobilità articolare. Nozioni teoriche per gestire al meglio i carichi di lavoro.</p>	<p><b>Esercitazioni pratiche:</b> Lavoro individuale Lavoro individualizzato Lavoro collettivo Lavoro di gruppo Dimostrazione pratica e diretta. Piccoli e grandi attrezzi presenti in palestra.</p>	<p>Test di valutazione dell'efficienza fisica. Osservazione diretta. Prove pratiche.</p>	<p>1° TRIMESTRE 2° TRIMESTRE 3° TRIMESTRE</p>
<p><b>PRATICA SPORTIVA:</b> Pallavolo e Pallacanestro:: Fondamentali individuali e di squadra. Regole di gioco ,arbitraggio. Atletica leggera: Salti, lanci, corse. Tennistavolo, Badminton, Scacchi. Psicomotricità</p>	<p>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.</p>	<p><b>Esercitazioni pratiche:</b> Lavoro individuale Lavoro individualizzato Lavoro collettivo Lavoro di gruppo Dimostrazione pratica e diretta. Piccoli e grandi attrezzi presenti in palestra.</p>	<p>Test di valutazione dell'efficienza fisica. Osservazione diretta. Prove pratiche.</p>	<p>2° TRIMESTRE 3° TRIMESTRE</p>
<p><b>INFORMAZIONI FONDAMENTALI SULLA TUTELA DELLA SALUTE E PREVENZIONE DEGLI INFORTUNI:</b> Cenni di fisiologia ed anatomia dei principali apparati e organi. Elementi di primo soccorso. Alimentazione sport e dieta. Doping e fumo. Benessere psicofisico</p>	<p>Saper applicare operativamente le conoscenze delle metodiche inerenti al mantenimento della salute e dell'equilibrio psicofisico. 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.</p>	<p>Lezione frontale con interventi. Discussione interrogazione dialogata con la classe. Prove strutturate. Fotocopie, libro di testo ,riviste specializzate.</p>	<p>Prove strutturate: Verifiche orali.</p>	<p>1° TRIMESTRE 2° TRIMESTRE 3° TRIMESTRE</p>

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

<b>ATTIVITA IN AMBIENTE NATURALE</b> Educazione ambientale Rapporto corpo-mente e natura	Conoscere i comportamenti per migliorare il rapporto uomo natura	Attività di gruppo. Discussione dialogata con la classe.	Osservazione diretta. Prove pratiche.	3°TRIMESTRE
--	--	--	--	-------------

**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