

Liceo “Marie Curie” (Meda)
Scientifico – Classico – Linguistico

PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE PER COMPETENZE

a.s. 2022-2023

| | |
|---------------|----------------------------|
| CLASSE | Indirizzo di studio |
| 2 AC | LICEO CLASSICO |

| | |
|---|----------------------------|
| Docente | Mezzadri Lucia |
| Disciplina | Scienze Motorie e Sportive |
| Monte ore settimanale nella classe | 2 |
| Documento di Programmazione disciplinare presentata in data 29/10/2022 | |

1. ANALISI DELLA SITUAZIONE DI PARTENZA

1.1. Profilo generale della classe

La classe è composta da 18 alunni di cui 5 maschi e 13 femmine. La situazione di partenza della classe è stata rilevata mediante lo svolgimento dei test d'ingresso, finalizzati alla rivelazione di conoscenze e abilità disciplinari di base. Dai risultati emersi sono state evidenziate le seguenti fasce di livello.

1.1.1. **Primo gruppo** 32% alunni con un'ottima preparazione di base

1.1.2. **Secondo gruppo** 60% alunni con una buona preparazione di base

1.1.3. **Terzo gruppo** 8% alunni con un'accettabile preparazione di base

1.2. **Alunni con bisogni educativi speciali:** Per eventuali studenti con bisogni educativi speciali (BES) il piano didattico personalizzato (PDP) e PEI è disponibile agli atti.

1.3. Livelli di partenza rilevati e fonti di rilevazione dei dati

| | |
|---|--|
| Interesse nei confronti della disciplina: <input type="checkbox"/> Adeguato <input checked="" type="checkbox"/> Abbastanza adeguato <input type="checkbox"/> Poco adeguato <input type="checkbox"/> Non adeguato | Impegno nei confronti della disciplina: <input type="checkbox"/> Buono <input type="checkbox"/> Sufficiente <input type="checkbox"/> Scarso <input checked="" type="checkbox"/> Alterno |
| Comportamento: <input type="checkbox"/> Responsabile <input checked="" type="checkbox"/> Abbastanza responsabile <input type="checkbox"/> Poco responsabile <input type="checkbox"/> Per niente responsabile | |

FONTI DI RILEVAZIONE DEI DATI

- Prove soggettive di valutazione (es. interrogazioni, ecc.);
- Prove oggettive di valutazione (test, questionari Ecc.);
- Osservazioni degli studenti impegnati nelle attività didattiche;
- Colloqui con le famiglie;
- Esiti dell'ordine di scuola o della classe precedente;

2. QUADRO DELLE COMPETENZE

Asse culturale:

| | |
|--|---|
| Competenze disciplinari del primo Biennio <i>definite all'interno dei dipartimenti</i> | <ol style="list-style-type: none">1. praticare gli sport per consolidare l'armonico sviluppo dell'adolescente2. comprendere e produrre i messaggi non verbali3. conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità4. conoscere ed applicare alcune metodiche di allenamento per migliorare la propria efficienza fisica e per saperla mantenere5. sperimentare azioni motorie via più complesse e diversificate per migliorare le proprie capacità coordinative.6. conoscere ed applicare norme igienico-sanitarie e alimentari indispensabili per il mantenimento del benessere individuale |
|--|---|

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

2.1 Articolazione delle competenze in abilità e conoscenze

| Materia Scienze Motorie e Sportive Classe 2AC | |
|---|---|
| Competenze | Abilità |
| Percezione di sé e sviluppo funzionale delle capacità motorie. | Resistenza (endurance, circuit training e fartlek) Forza (lavoro a carico naturale sulla muscolatura posturale) Velocità (tempo di reazione, skip) Mobilità articolare e stretching Ricerca del controllo segmentario. Destrezza (circuiti con piccoli e attrezzi) |
| Conoscenza degli sport delle regole e del fair play | Il rispetto delle regole, riconoscere la sconfitta e apprezzare la vittoria dell'avversario. Ping pong. |
| Consapevolezza dei concetti di salute, benessere, sicurezza e prevenzione | Il movimento del corpo umano Conoscenza dell'apparato locomotore (scheletro, articolazioni e muscoli) Saper eseguire esercizi posturali adatti al proprio fisico. |

3. CONTENUTI SPECIFICI DEL PROGRAMMA

Durante il periodo di settembre e ottobre si è lavorato all'aperto per un potenziamento fisiologico e un miglioramento della funzione degli apparati (respiratorio, cardiocircolatorio, muscolare) tramite esercizi di pre-attività generale.

I contenuti saranno: il potenziamento fisiologico, il consolidamento degli schemi motori di base e la conoscenza delle principali discipline dell'atletica leggera come le corse... Si svolgeranno, in sicurezza, le attività sportive di squadra, come da normativa.

Per la parte teorica si approfondiranno le seguenti tematiche: Il movimento del corpo umano
 Conoscenza dell'apparato locomotore (scheletro, articolazioni e muscoli).

4. EVENTUALI PERCORSI MULTIDISCIPLINARI

/

5. MODALITA' DI LAVORO

Si utilizzeranno le seguenti metodologie:

- X Lezione frontale
- X Lezione guidata
- Writing and reading
- X Problem solving
- E-learning
- X Lezione dialogata
- Laboratorio
- Learning by doing
- Brainstorming
- X Peer education

Strategie che si intendono utilizzare

- X Studio autonomo
- Attività progettuali
- X Attività di recupero/consolidamento
- X Lavori individuali
- X Esercizi differenziati
- X Partecipazione a concorsi (in caso di gare)
- X Lavoro di gruppo
- Attività laboratoriali

Tipologia di gestione delle interazioni con gli alunni in DDI

- Videolezione in modalità sincrona
- Videolezione in modalità asincrona
- Lezione in videoconferenza
- Chat
- Classe virtuale (Classroom)
- Uso della posta elettronica
- Altro _____

6. AUSILI DIDATTICI

- Libri di testo

Titolo: Più movimento

Autori: G. Fiorini, S. Bocchi, S. Coretti, E. Chiesa

Casa Editrice: Dea Scuola

- E-book
- Testi di consultazione
- Biblioteca
- Schemi e mappe
- Videocamera/ audioregistratore
- Laboratorio di
- LIM
- Fotocopie
- Palestra
- Computer
- Sussidi audiovisivi
- Altro

7. MODALITÀ DI RECUPERO DELLE LACUNE RILEVATE E DI EVENTUALE VALORIZZAZIONE DELLE ECCELLENZE

ORGANIZZAZIONE DEL RECUPERO

| | |
|---|--|
| Tipologia | <ul style="list-style-type: none"> ✓ Riproposizione dei contenuti in forma diversificata ✓ Attività guidate a crescente livello di difficoltà ✓ Esercitazioni per migliorare il metodo di studio e di lavoro ✓ Studio individuale ✓ Recupero in itinere |
| Tempi | Termine anno scolastico |
| Modalità di verifica intermedia delle carenze del I quadrimestre | Prove pratiche, test e interrogazioni (anche sotto forma di relazione). |
| Modalità di notifica dei risultati | Registro elettronico |

ORGANIZZAZIONE DEL POTENZIAMENTO per gli alunni che hanno raggiunto una buona preparazione

| | |
|-----------------------------|--|
| Tipologia | Attività previste per la valorizzazione delle eccellenze: se sarà possibile, ci sarà la partecipazione alle gare organizzate dal Provveditorato dal Liceo, inoltre sempre ad adesione individuale si terrà il corso di scii. |
| Tempi | Termine anno scolastico |
| Modalità di verifica | Risultato gare |

8. VERIFICA E VALUTAZIONE DEGLI APPRENDIMENTI

| | |
|---------------------------|--|
| Tipologia delle verifiche | <ul style="list-style-type: none"> X Test <input type="checkbox"/> Questionari X Relazioni X Scrittura di testi (argomentativi) <input type="checkbox"/> Traduzioni <input type="checkbox"/> Prove strutturate o semi-strutturate <input type="checkbox"/> Analisi testuale <input type="checkbox"/> Risoluzione di problemi ed esercizi |
|---------------------------|--|

| | |
|---|--|
| | <input type="checkbox"/> Sviluppo di progetti <input checked="" type="checkbox"/> Test motori <input type="checkbox"/> Prove grafiche <input type="checkbox"/> Prove pratiche <input checked="" type="checkbox"/> Colloqui orali <input checked="" type="checkbox"/> Presentazioni <input type="checkbox"/> Altro_____ |
| <p>Criteria di misurazione della verifica</p> | <p>Per le griglie di valutazione si fa riferimento al documento di valutazione del dipartimento disciplinare.</p> <p>Nello specifico la valutazione dovrà consentire di apprezzare: capacità esecutiva nelle varie attività; conoscenza teorica delle discipline e dei processi metodologici utilizzati; impegno, partecipazione. Sarà realizzata tramite verifiche costituite da:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Valutazione oggettiva relativa alla pratica dell'attività motoria. A questo scopo verranno utilizzate test specifiche per ogni capacità motoria o abilità indagata e l'osservazione dei miglioramenti conseguiti nell'esecuzione tecnica dei gesti appresi. • Valutazione soggettiva relativa all'impegno, alla partecipazione attiva, all'interesse nella pratica motoria. • Prove orali e scritte relative agli argomenti teorici studiati. Le verifiche scritte e orali e le valutazioni pratiche avranno una funzione di controllo sui livelli raggiunti e sul procedere del percorso educativo e serviranno per determinare adattamenti o variazioni al programma una volta raccolti dati informativi sul livello raggiunto dagli allievi rispetto agli obiettivi. <p>La scala di valutazione utilizzata andrà dall'1 al 10.</p> |
| <p>Tempi di correzione</p> | <p>Comunicazione diretta agli studenti entro 10 giorni</p> |
| <p>Modalità di notifica alla classe</p> | <p>Comunicazione orale e contestuale sul registro elettronico</p> |
| <p>Modalità di trasmissione della valutazione alle famiglie</p> | <p>Registro elettronico</p> |
| <p>NUMERO PROVE DI VERIFICA</p> | <p>Numero di verifiche per quadrimestre: minimo 2 prove pratiche e una teorica scritta/orale</p> |

9. ESITI DI APPRENDIMENTO ATTESI RELATIVAMENTE ALLE COMPETENZE CHIAVE EUROPEE: si rimanda a quanto indicato nella programmazione del consiglio di classe, con particolare riferimento alle seguenti competenze specifiche della disciplina:

| COMPETENZA | DEFINIZIONE | CONOSCENZE, CAPACITA', ATTITUDINI |
|-----------------------------|---|--|
| <p>IMPARARE AD IMPARARE</p> | <p>Imparare a imparare è l'abilità di perseverare nell'apprendimento, di organizzare il proprio apprendimento anche mediante una gestione efficace del tempo e delle informazioni, sia a livello individuale che in gruppo. Questa competenza comprende la consapevolezza del proprio processo di apprendimento e dei propri bisogni, l'identificazione delle opportunità disponibili e la capacità di sormontare gli ostacoli per apprendere in modo efficace. Questa competenza comporta l'acquisizione, l'elaborazione e l'assimilazione di nuove conoscenze e abilità come anche la ricerca e l'uso delle opportunità di orientamento. Il fatto di imparare a imparare fa sì che i discenti prendano le mosse da quanto hanno appreso in precedenza e dalle loro esperienze di vita per usare e applicare conoscenze e abilità in tutta una serie di contesti: a casa, sul lavoro, nell'istruzione e nella formazione. La motivazione e la fiducia sono elementi essenziali perché una persona possa acquisire tale competenza.</p> | <p>Conoscenza del vocabolario e di un linguaggio tecnico-sportivo</p> <p>Conoscenza e comprensione delle proprie strategie di apprendimento preferite, dei punti di forza e dei punti deboli delle proprie abilità.</p> <p>Capacità di perseverare nell'apprendimento, di concentrarsi per periodi prolungati e di riflettere in modo critico sugli obiettivi e le finalità dell'apprendimento stesso.</p> <p>Curiosità di cercare nuove opportunità di apprendere e di applicare l'apprendimento in una gamma di contesti della vita.</p> |
| <p>COMPETENZE SOCIALI</p> | <p>Includono competenze</p> | <p>Rispetto delle norme e regole</p> |

| | | |
|------------------|--|--|
| <p>E CIVICHE</p> | <p>personali, interpersonali e interculturali e riguardano tutte le forme di comportamento che consentono alle persone di partecipare in modo efficace e costruttivo alla vita sociale e lavorativa, in particolare alla vita in società sempre più diversificate, come anche a risolvere i conflitti ove ciò sia necessario. La competenza civica dota le persone degli strumenti per partecipare appieno alla vita civile grazie alla conoscenza dei concetti e delle strutture sociopolitici e all'impegno a una partecipazione attiva e democratica.</p> | <p>sportive e cura degli ambienti sportivi</p> <p>Capacità di impegnarsi in modo positivo e collaborativo con gli altri</p> <p>Capacità di comunicare in modo costruttivo in ambienti diversi, di mostrare tolleranza, di esprimere e di comprendere diversi punti di vista e di essere in consonanza con gli altri.</p> <p>Attitudine alla collaborazione, interesse per la comunicazione interculturale, apprezzamento della diversità, rispetto degli altri e superamento dei pregiudizi.</p> <p>Comprendere gli aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressione corporea e l'importanza che riveste la pratica dell'attività motorio-sportiva, per il benessere individuale e collettivo</p> <p>Sapersi relazionare con tutti in maniera positiva</p> <p>Conoscenza del concetto di fair play</p> <p>Conoscenza del linguaggio tecnico-sportivo</p> |
|------------------|--|--|

Indice

- 1. Analisi della situazione di partenza**
 - 1.1. **Profilo generale della classe**
 - 1.2. **Alunni con bisogni educativi speciali**
 - 1.3. **Livelli di partenza rilevati e fonti di rilevazione dei dati**
- 2. Quadro delle competenze**
 - 2.1. **Articolazione delle competenze**
- 3. Contenuti specifici del programma**
- 4. Eventuali percorsi multidisciplinari**
- 5. Metodologie**
- 6. Ausili didattici**
- 7. Modalità di recupero delle lacune rilevate e di eventuale valorizzazione delle eccellenze**
- 8. Verifica e valutazione degli apprendimenti**
- 9. Esiti di apprendimento attesi relativamente alle competenze chiave europee**