

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

***PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE PER COMPETENZE***

***a.s. 2021 - 2022***

| <b>CLASSE</b> | <b>Indirizzo di studio</b> |
|---------------|----------------------------|
| 2C            | Liceo Scientifico          |

|                                                                                   |                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| <b>Docente</b>                                                                    | Pagani Giuseppe            |
| <b>Disciplina</b>                                                                 | Scienze motorie e sportive |
| <b>Monte ore settimanale nella classe</b>                                         | 2                          |
| <b>Documento di Programmazione disciplinare presentata in data<br/>31/10/2021</b> |                            |

## 1. ANALISI DELLA SITUAZIONE DI PARTENZA

### 1.1. Profilo generale della classe

- 1.1.1. **Primo gruppo** ( 10 % alunni con un'ottima preparazione di base)
- 1.1.2. **Secondo gruppo** ( 30 % alunni con una buona preparazione di base)
- 1.1.3. **Terzo gruppo** ( 50 % alunni con un'accettabile preparazione di base)
- 1.1.4. **Quarto gruppo** ( 10 % alunni con una modesta preparazione di base)

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

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

|                                                                                                      |                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Interesse nei confronti della disciplina:</b><br><br><input type="checkbox"/> Abbastanza adeguato | <b>Impegno nei confronti della disciplina:</b><br><br><input type="checkbox"/> Buono |
| <b>Comportamento:</b><br><br><input type="checkbox"/> Responsabile                                   |                                                                                      |

### FONTI DI RILEVAZIONE DEI DATI

- ☐ Prove oggettive di valutazione (test, questionari Ecc.);
- ☐ Osservazioni degli studenti impegnati nelle attività didattiche;

## 2. QUADRO DELLE COMPETENZE

Asse culturale: scientifico

|                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Competenze disciplinari | <ol style="list-style-type: none"><li>1. praticare gli sport per consolidare l'armonico sviluppo dell'adolescente</li><li>2. comprendere e produrre i messaggi non verbali</li><li>3. conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità</li><li>4. conoscere ed applicare alcune metodiche di allenamento per migliorare la propria efficienza fisica e per saperla mantenere</li><li>5. sperimentare azioni motorie via più complesse e diversificate per migliorare le proprie capacità coordinative.</li><li>6. conoscere ed applicare norme igienico-sanitarie e alimentari indispensabili per il mantenimento del benessere individuale</li></ol> |
|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 2.1 Articolazione delle competenze in abilità e conoscenze

| CONOSCENZE (tra parentesi le competenze di base coinvolte)              | ABILITA'                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Percezione di sé e sviluppo funzionale delle capacità motorie (2, 4, 5) | Resistenza (endurance, circuit training e fartlek )<br>Forza (lavoro a carico naturale sulla muscolatura posturale)<br>Velocità (tempo di reazione, skip)<br>Mobilità articolare e stretching |
|                                                                         | Ricerca del controllo segmentario<br>agilità (circuiti con piccoli e grandi attrezzi)<br>coordinazione                                                                                        |
| Lo sport, le regole e il fair play (1, 2, 4, 5)                         | Pallavolo:<br>fondamentali individuali (palleggio, bagher, battuta elementare)<br>Regole fondamentali<br>Sviluppo del gioco                                                                   |
|                                                                         | Scacchi, dama on line in caso di DaD                                                                                                                                                          |
|                                                                         | Atletica Leggera: introduzione alle varie specialità di corsa, salto e lancio                                                                                                                 |
|                                                                         | Basket:<br>fondamentali individuali (palleggio, passaggio, tiro a canestro)<br>Regole fondamentali<br>Sviluppo del gioco                                                                      |
| Salute, benessere, sicurezza e prevenzione (3, 6)                       | Nozioni di base di educazione alimentare                                                                                                                                                      |

### **3. CONTENUTI SPECIFICI DEL PROGRAMMA**

Potenziamento della pratica dei giochi di squadra (pallavolo, pallacanestro, calcetto, pallamano, unihoc, rugby) tramite fondamentali individuali e di squadra con semplici schemi di attacco e difesa

Conoscenza delle principali discipline dell'atletica leggera (corse, salti, lanci )

Informazioni riguardanti la tutela della salute

Ginnastica posturale di compensazione in caso di DaD prolungata

Adattamento di quanto sopra riportato alle mutate condizioni di insegnamento

### **4. EVENTUALI PERCORSI MULTIDISCIPLINARI**

Sport e razzismo ( verificate le condizioni di fattibilità con gli enti esterni coinvolti )

### **5. MODALITA' DI LAVORO**

Indicare le metodologie che si intendono utilizzare

- ☐ Lezione frontale
- ☐ Lezione guidata
- ☐ Lezione dialogata
- ☐ Laboratorio/palestra

- ☐ Lavoro di gruppo
- ☐ Uscita diadattica in Val di Mello

Tipologia di gestione delle interazioni con gli alunni in DDI

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

## **6. AUSILI DIDATTICI AUSILI DIDATTICI**

- ☐ Audioregistratore
- ☐ LIM
- ☐ Fotocopie
- ☐ Palestra
- ☐ Computer
- ☐ Sussidi audiovisivi

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

### ORGANIZZAZIONE DEL RECUPERO

|                                           |                                                     |
|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| <b>Tipologia</b>                          | Riproposizione dei contenuti in forma diversificata |
| <b>Tempi</b>                              | In itinere                                          |
| <b>Modalità di notifica dei risultati</b> | Registro elettronico                                |

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

|                  |                                                                                                                                             |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Tipologia</b> | Attività previste per la valorizzazione delle eccellenze:<br>Stante la situazione attuale non si possono prevenire gare o tornei scolastici |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 8. VERIFICA E VALUTAZIONE DEGLI APPRENDIMENTI

|                                       |                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tipologia delle verifiche             | <input type="checkbox"/> Test<br><input type="checkbox"/> Questionari/Cruciverba<br><input type="checkbox"/> Test motori<br><input type="checkbox"/> Colloqui orali<br><input type="checkbox"/> Presentazioni in pp |
| Criteri di misurazione della verifica | Per le griglie di valutazione si fa riferimento al documento di valutazione del dipartimento disciplinare                                                                                                           |
| Tempi di correzione                   | Di norma 15 giorni                                                                                                                                                                                                  |
| Modalità di notifica alla classe      | In caso di test motori alla fine della rilevazione                                                                                                                                                                  |
| Numero prove di verifica              | Numero di prove pratiche per quadrimestre: almeno due<br>Numero di verifiche orali per quadrimestre: almeno una                                                                                                     |

## 9. ESITI DI APPRENDIMENTO ATTESI RELATIVAMENTE ALLE COMPETENZE CHIAVE EUROPEE:

si rimanda a quanto indicato nella programmazione del consigli di classe

## ***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**

