

Liceo "Marie Curie" (Meda)  
Scientifico – Classico – Linguistico

**PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE PER COMPETENZE**

**a.s. 2021 - 2022**

<b>CLASSE</b>	<b>Indirizzo di studio</b>
3C	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</b> <b>31/10/2021</b>	

## 1. ANALISI DELLA SITUAZIONE DI PARTENZA

### 1.1. Profilo generale della classe

- 1.1.1. **Primo gruppo** ( 0 % alunni con un'ottima preparazione di base)
- 1.1.2. **Secondo gruppo** ( 40 % alunni con una buona preparazione di base)
- 1.1.3. **Terzo gruppo** ( 40 % alunni con un'accettabile preparazione di base)
- 1.1.4. **Quarto gruppo** ( 20 % 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> <input type="checkbox"/> Abbastanza adeguato	<b>Impegno nei confronti della disciplina:</b> <input type="checkbox"/> Sufficiente
<b>Comportamento:</b> <input type="checkbox"/> Abbastanza 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

<b>Competenze disciplinari</b>	<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

<b>CONOSCENZE (tra parentesi le competenze di base coinvolte)</b>	<b>ABILITA'</b>
Percezione di sé e sviluppo funzionale delle capacità motorie (2, 4, 5)	<p>Resistenza (endurance, circuit training e fartlek )            Forza (lavoro a carico naturale sulla muscolatura posturale)            Velocità (tempo di reazione, skip)            Mobilità articolare e stretching</p> <p>Ricerca del controllo segmentario            agilità (circuiti con piccoli e grandi attrezzi)            coordinazione</p>
Lo sport, le regole e il fair play (1, 2, 4, 5)	<p>Pallavolo:            fondamentali individuali (palleggio, bagher, battuta elementare)            Regole fondamentali            Sviluppo del gioco</p> <p>Scacchi, dama on line in caso di DaD</p> <p>Atletica Leggera: introduzione alle varie specialità di corsa, salto e lancio</p>
Salute, benessere, sicurezza e prevenzione (3, 6)	Conoscenza e modalità di intervento nei più comuni casi di infortunio durante l'attività motoria e sportiva

### **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 didattica 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: 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 <input type="checkbox"/> Questionari/Cruciverba <input type="checkbox"/> Test motori <input type="checkbox"/> Colloqui orali <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 Numero di verifiche orali per quadrimestre: almeno una

## 9 . 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**



