

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

PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE PER COMPETENZE

a.s. 2019/20

CLASSE	Indirizzo di studio
5 A	Scienze Applicate

Docente	Prof. Ratti Cesare Emanuele
Disciplina	Scienze Motorie e Sportive
Monte ore settimanale nella classe	2 ore
Documento di Programmazione disciplinare presentata in data 25/10/2019	

1. ANALISI DELLA SITUAZIONE DI PARTENZA

1.1 Profilo generale della classe

La classe globalmente si presenta vivace, attenta e attivamente partecipe. L'impegno in generale è costante e proficuo. Gli studenti dimostrano capacità di organizzarsi con una certa autonomia e sistematicità e di proporsi in modo costruttivo.

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

Livello critico (voto n.c. - 2)	Livello basso (voti inferiori alla sufficienza)	Livello medio (voti 6-7)	Livello alto (voti 8-9-10)
N. 0	N. 0	N. 0	N. 16

FONTI DI RILEVAZIONE DEI DATI

griglie, questionari conoscitivi, test socio-metrici (se si, specificare quali griglie)

tecniche di osservazione

test d'ingresso

colloqui con gli alunni

colloqui con le famiglie

altro: _____

2. QUADRO DELLE COMPETENZE

Asse culturale:

Competenze disciplinari del 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

Competenze <ul style="list-style-type: none">○ Percezione di sé e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive.	Abilità <ul style="list-style-type: none">○ Controllare la respirazione e il dispendio energetico durante lo sforzo adeguandoli alla prestazione richiesta.○ Riprodurre con fluidità i gesti delle varie attività affrontate.
Conoscenze: <ul style="list-style-type: none">○ L'apprendimento motorio○ Teoria dell'allenamento	

Competenze <ul style="list-style-type: none">○ Lo sport, le regole, il fair play.	Abilità <ul style="list-style-type: none">○ Osservare criticamente i fenomeni connessi al mondo sportivo.○ Assumere ruoli all'interno di un gruppo
Conoscenze: <ul style="list-style-type: none">○ Sport e società○ Regole e peculiarità degli sport praticati.	

Competenze <ul style="list-style-type: none">○ Salute, benessere, sicurezza e prevenzione	Abilità <ul style="list-style-type: none">○ Assumere comportamenti equilibrati nei confronti dell'organizzazione del proprio tempo libero○ Organizzare la propria alimentazione in funzione dell'attività svolta.
Conoscenze: <ul style="list-style-type: none">○ Il movimento come elemento di prevenzione○ Abitudini alimentari	

Competenze <ul style="list-style-type: none">○ Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico	Abilità <ul style="list-style-type: none">○ Utilizzare gli strumenti tecnologici e informatici che riguardano l'attività fisica
Conoscenze: <ul style="list-style-type: none">○ Strumenti tecnologici di supporto all'attività fisica.	

3. CONTENUTI SPECIFICI DEL PROGRAMMA

- Consolidamento e potenziamento delle capacità coordinative e condizionali realizzando schemi motori complessi utili ad affrontare competizioni sportive. Miglioramento funzione cardio respiratoria attraverso small side games e attività di corsa. Esercitazioni di potenziamento della forza muscolare, attività di destrezza, scioltezza e mobilità articolare mediante proposte a corpo libero, con l'ausilio di attrezzi, con circuiti e percorsi a stazioni.
- Giochi sportivi: regolamento tecnico, fondamentali individuali e collettivi del baseball e del rugby touch.
- Elementi ed esercizi propedeutici di atletica leggera.
- Approccio agli sport non convenzionali.

4. EVENTUALI PERCORSI MULTIDISCIPLINARI

//

5. METODOLOGIE

Metodo globale e analitico per il raggiungimento di una personale abilità motoria, per il miglioramento delle condizioni fisiche rispetto al livello di partenza

6. AUSILI DIDATTICI

Materiale sportivo e spazi a disposizione del dipartimento di Scienze motorie e sportive.
Materiale teorico preparato dal docente in formato pdf.

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

Recupero curricolare: riproposizione dei contenuti in forma diversificata
Valorizzazione eccellenze: attività organizzate dal CSS

8. VERIFICA E VALUTAZIONE DEGLI APPRENDIMENTI

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: valutazione oggettiva relativa alla pratica dell'attività motoria. A questo scopo verranno utilizzati 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. Inoltre 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. La scala di valutazione utilizzata andrà dall'1 al 10. E' prevista la realizzazione di 2 prove pratiche e/o 1 orale/scritta nel trimestre e 3 prove pratiche e/o 1 orale/scritta. In merito alle disposizioni sulla valutazione nelle classi con nuovo ordinamento, contenute nella circ. 94 del MPI, i docenti di Educazione Fisica concordano quanto segue: Il voto scritto/orale farà riferimento alle conoscenze degli studenti riguardo alle attività sportive svolte, ai contenuti tecnico-didattici, ai regolamenti. Il voto pratico farà riferimento alle capacità motorie, alle abilità specifiche e al miglioramento in atto. Per la valutazione si utilizzeranno test motori e osservazione degli studenti in situazioni di gioco.

TIPOLOGIE DI PROVE DI VERIFICA	NUMERO PROVE DI VERIFICA
Trimestre	
Prove scritte/ Prove orali	1* in casi di esonero
Prove pratiche	2

TIPOLOGIE DI PROVE DI VERIFICA	NUMERO PROVE DI VERIFICA
Pentamestre	
Prove scritte / Prove orali	1* in casi di esonero
Prove pratiche	3

9. COMPETENZE CHIAVE EUROPEE

COMPETENZA	DEFINIZIONE	CONOSCENZE, CAPACITA', ATTITUDINI
COMUNICAZIONE NELLA MADRELINGUA	Capacità di esprimere e interpretare concetti, pensieri, sentimenti, fatti e opinioni in forma sia orale sia scritta e di interagire adeguatamente e in modo creativo sul piano linguistico.	Capacità di comunicare sia oralmente sia per iscritto in tutta una serie di situazioni comunicative e di adattare la propria comunicazione a seconda di come lo richieda la situazione. Disponibilità ad un dialogo critico e costruttivo ed interesse a interagire con gli altri, con la consapevolezza dell'impatto della lingua sugli altri e della necessità di usare la lingua in modo positivo e socialmente responsabile.
COMPETENZA MATEMATICA E COMPETENZE DI BASE IN CAMPO SCIENTIFICO E TECNOLOGICO	La competenza matematica è l'abilità di sviluppare e applicare il pensiero matematico per risolvere una serie di problemi in situazioni quotidiane.	Capacità di applicare i principi e i processi matematici di base nel contesto quotidiano e sul lavoro nonché per seguire e vagliare concatenazioni di argomenti.
COMPETENZA DIGITALE	Consiste nel saper utilizzare con dimestichezza e spirito critico le tecnologie della società dell'informazione (TSI).	Consapevolezza e conoscenza della natura, del ruolo e delle opportunità delle TSI nel quotidiano (principali applicazioni informatiche come trattamento di testi, fogli elettronici, banche dati, memorizzazione e gestione delle informazioni)
IMPARARE AD IMPARARE	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.	Conoscenza e comprensione delle proprie strategie di apprendimento preferite, dei punti di forza e dei punti deboli delle proprie abilità. Capacità di perseverare nell'apprendimento, di concentrarsi per periodi prolungati e di riflettere in modo critico sugli obiettivi e le finalità dell'apprendimento stesso.
COMPETENZE SOCIALI E CIVICHE	Includono competenze 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 come anche a risolvere i conflitti ove ciò sia necessario. La competenza civica dota le persone degli strumenti per partecipare appieno alla vita civile.	<u>Competenze sociali:</u> Consapevolezza di ciò che gli individui devono fare per conseguire una salute fisica e mentale ottimali e conoscenza del modo in cui uno stile di vita sano vi può contribuire. Attitudine alla collaborazione, apprezzamento della diversità, rispetto degli altri e superamento dei pregiudizi. <u>Competenze civiche</u> Disponibilità a partecipare al processo decisionale democratico a tutti i livelli, a dimostrare senso di responsabilità, nonché comprensione e rispetto per i valori condivisi, necessari ad assicurare la coesione della comunità, come il rispetto dei principi democratici.

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. Competenze chiave europee**