

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

**PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE PER COMPETENZE**

***a.s. 2023-2024***

<b>CLASSE</b>	<b>Indirizzo di studio</b>
5 <sup>^</sup> A	Scienze Applicate

<b>Docente</b>	Ratti Cesare Emanuele
<b>Disciplina</b>	Scienze Motorie e sportive
<b>Monte ore settimanale nella classe</b>	2
<b>Documento di Programmazione disciplinare presentata in data 28/10/2023</b>	

# 1. ANALISI DELLA SITUAZIONE DI PARTENZA

## 1.1. Profilo generale della classe

- 1.1.1. **Primo gruppo** (40% 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** (// alunni con un'accettabile preparazione di base)
- 1.1.4. **Quarto gruppo** (// 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> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> <u>Adeguato</u></li><li><input type="checkbox"/> Abbastanza adeguato</li><li><input type="checkbox"/> Poco adeguato</li><li><input type="checkbox"/> Non adeguato</li></ul>	<b>Impegno nei confronti della disciplina:</b> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> <u>Buono</u></li><li><input type="checkbox"/> Sufficiente</li><li><input type="checkbox"/> Scarso</li></ul>
<b>Comportamento:</b> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> <u>Responsabile</u></li><li><input type="checkbox"/> Abbastanza responsabile</li><li><input type="checkbox"/> Poco responsabile</li><li><input type="checkbox"/> Per niente responsabile</li></ul>	

## 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:

<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>Materia: Scienze Motorie e sportive</b> <b>Classe : 5^ ASA</b>	
<b>Competenze</b>	<b>Abilità</b>
Percezione di sé e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Controllare la respirazione e il dispendio energetico durante lo sforzo adeguandoli alla prestazione richiesta. Riprodurre con fluidità i gesti delle varie attività affrontate.</li></ul>
Lo sport, le regole, il fair play.	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Osservare criticamente i fenomeni connessi al mondo sportivo. Assumere ruoli all'interno di un gruppo.</li></ul>
Salute, benessere, sicurezza e prevenzione	Assumere comportamenti equilibrati nei confronti dell'organizzazione del proprio tempo libero. Organizzare la propria alimentazione in funzione dell'attività svolta.
Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Utilizzare gli strumenti tecnologici e informatici che riguardano l'attività fisica</li></ul>

### 3. CONTENUTI SPECIFICI DEL PROGRAMMA

#### Percezione di sé e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive

Pratica: Consolidamento e potenziamento delle capacità motorie mediante attività di fitness.

Teoria: Cenni di biomeccanica del movimento. Teoria dell'allenamento. Le capacità motorie.

#### Lo sport, le regole, il fair play.

Pratica: Applicare principi di gioco nel contesto sportivo.

Teoria: Capacità tecniche e tattiche degli sport praticati. L'aspetto educativo e sociale dello sport.

#### Salute, benessere, sicurezza e prevenzione

Pratica: Pianificazione di programmi di allenamento. Creazione del diario alimentare.

Teoria: Il movimento come elemento di prevenzione. Le abitudini alimentari.

#### Relazione con l'ambiente naturale:

Pratica: effettuare in forma globale varie attività con ausili specifici di supporto sia outdoor che indoor.

Teoria: Le caratteristiche delle attrezzature necessarie per praticare l'attività sportiva. Strumenti tecnologici di supporto all'attività fisica.

### 4. EVENTUALI PERCORSI MULTIDISCIPLINARI

Non previsti.

### 5. MODALITA' DI LAVORO

Indicare le metodologie che si intendono utilizzare

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

Indicare le strategie che si intendono utilizzare

- Studio autonomo
- Attività progettuali
- Attività di recupero/consolidamento
- Lavori individuali
- Esercizi differenziati
- Partecipazione a concorsi
- Lavoro di gruppo
- Attività laboratoriali
- Visite e viaggi d'istruzione

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 AUSILI DIDATTICI

- Libro di testo
- *Titolo: "Più movimento"*  
*Autori:*  
*Fiorini, Bocchi, Coretti, Chiesa*  
*Casa Editrice: Marietti 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

<b>Tipologia</b>	Riproposizione dei contenuti in forma diversificata Attività guidate a crescente livello di difficoltà Esercitazioni per migliorare il metodo di studio e di lavoro
<b>Tempi</b>	8 ore (4 settimane)
<b>Modalità di verifica intermedia delle carenze del I quadrimestre</b>	Test oggettivi od orali.
<b>Modalità di notifica dei risultati</b>	Registro elettronico

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

<b>Tipologia</b>	Al momento non previsti
<b>Tempi</b>	Al momento non previsti
<b>Modalità di verifica</b>	Al momento non previsti

## 8. VERIFICA E VALUTAZIONE DEGLI APPRENDIMENTI

Tipologia delle verifiche	<input type="checkbox"/> <u>Test</u> <input type="checkbox"/> <u>Questionari</u> <input type="checkbox"/> Relazioni <input type="checkbox"/> Scrittura di testi (riassunti, testi descrittivi, narrativi, 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 type="checkbox"/> <u>Test motori</u> <input type="checkbox"/> Prove grafiche <input type="checkbox"/> <u>Prove pratiche</u> <input type="checkbox"/> <u>Colloqui orali</u> <input type="checkbox"/> <u>Presentazioni</u> <input type="checkbox"/> Altro _____
Criteri di misurazione della verifica	Per le griglie di valutazione si fa riferimento al documento di valutazione del dipartimento disciplinare.
Tempi di correzione	1 settimana
Modalità di notifica alla classe	Attraverso comunicazione da parte del docente e attraverso registro elettronico
Modalità di trasmissione della valutazione alle famiglie	Attraverso registro elettronico
<b>NUMERO PROVE DI VERIFICA</b>	Minimo 2 prove oggettive. Minimo una prova orale per gli esonerati

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: (il docente indichi le competenze europee perseguite).



# ***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**