

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

PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE PER COMPETENZE DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

a.s 2016/17

CLASSE	Indirizzo di studio
5 BC	Liceo classico

Docente	Prof. Lucia Mezzadri
Disciplina	Scienze Motorie e Sportive
Monte ore settimanali	2 ore
Data di documento di Programmazione disciplinare	30/10/2016

1. ANALISI DELLA SITUAZIONE DI PARTENZA

1.1 Profilo generale della classe

(caratteristiche cognitive, comportamentali, atteggiamento verso la materia, interessi, partecipazione..)

La classe dimostra interesse alle lezioni , partecipando attivamente al dialogo educativo.

1.2 Alunni con bisogni educativi speciali

(alunni diversamente abili e con disturbi specifici dell'apprendimento)

Per eventuali studenti con bisogni educativi speciali (BES) il piano didattico personalizzato (PDF) è disponibile agli atti.

1.3 Livelli di partenza rilevati e fonti di rilevazione dei dati

Tipologia di prova utilizzata come test di osservazione.

Livello critico	Livello basso	Livello medio	Livello alto
------------------------	----------------------	----------------------	---------------------

(voto n.c. – 2)	(voti inferiori alla sufficienza)	(voti 6-7)	(voti 8-9-10)
N. 0	N.	N.2	N. 10

FONTI DI RILEVAZIONE DEI DATI

- griglie, questionari conoscitivi, test socio-metrici
(se sì, specificare quali) griglie
- tecniche di osservazione
- test d'ingresso
- colloqui con gli alunni
- colloqui con le famiglie
- altro: _____

2. QUADRO DELLE COMPETENZE

Asse culturale:

<p>Competenze disciplinari del Biennio <i>definite all'interno dei dipartimenti</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. individuare, organizzare e praticare esercitazioni efficaci per incrementare le capacità coordinative e condizionali 2. praticare gli sport approfondendo la tecnica e la tattica 3. conoscere ed applicare alcune metodiche di allenamento per migliorare la propria efficienza fisica e per saperla mantenere 4. saper valutare le proprie capacità confrontando i propri parametri con tabelle di riferimento, utilizzando grafici e supporti informatici 5. conoscenza dei fondamenti teorici dell'attività motoria e sportiva
--	---

2.1 Articolazione delle competenze in abilità e conoscenze

ABILITA' (tra parentesi le competenze di base coinvolte)	CONOSCENZE
Sviluppo funzionale delle capacità motorie (1, 3, 4)	resistenza (endurance, fartlek, interval training) forza (lavoro in circuito, anche con piccoli sovraccarichi) velocità (progressioni, scatti, prove ripetute) mobilità articolare e stretching
Sviluppo e miglioramento delle tecniche sportive specifiche (2, 4, 5)	Tornei individuali, a coppie e a squadre delle varie discipline sportive
	Effetti dell'attività motoria sui principali organi ed apparati del corpo umano
	Teoria dell'allenamento
	Significato delle regole-nella società e nello sport-
Salute, benessere, sicurezza e prevenzione (6)	Il doping nello sport- il massaggio cardiaco-il primo soccorso-

3. CONTENUTI SPECIFICI DEL PROGRAMMA

- Potenziamento fisiologico e miglioramento della funzione degli apparati (respiratorio, cardio-circolatorio e muscolare), tramite esercizi di pre-attletica generale (corse, salti, lanci)
-
- Consolidamento e potenziamento degli schemi motori di base tramite esercizi a corpo libero anche su base musicale, esercizi con piccoli attrezzi, grandi attrezzi, esercizi di pre-acrobatica elementare
 - Potenziamento della pratica dei giochi di squadra (pallavolo, pallacanestro, calcetto, pallamano) 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 ed elementi di pronto soccorso da attuarsi in lezioni di tipo teorico-frontali
-

4. EVENTUALI PERCORSI MULTIDISCIPLINARI

Tra discipline di assi diversi. Individuazione del modulo e descrizione dell'architettura didattica (per es. competenze chiave di cittadinanza)

Nessuno.

5. METODOLOGIE

La metodologia dell'insegnamento verterà su un lavoro individuale o di gruppo a seconda delle discipline o attività proposte. La lezione può essere di tipo frontale, interattivo o partecipato a seconda delle attività proposte.

6. AUSILI DIDATTICI

Il materiale presente in palestra e lo spazio esterno (es: pista di atletica leggera e campo da basket)

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

Recupero curricolare: Gli alunni che presentano difficoltà nella corretta esecuzione pratica in alcune discipline sportive saranno supportati con interventi individualizzati e mirati in itinere con strategie adeguate e movimenti sportivi analitici, atti al più efficace apprendimento motorio durante l'attività in itinere.

- Valorizzazione eccellenze: attività organizzate dal CSS (es: Corso di sci, gara campestre e tornei di pallavolo)

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 utilizzate griglie 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:

- 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.

La scala di valutazione utilizzata andrà dall'1 al 10.

E' prevista la realizzazione di 2 prove pratiche e 1 orale/scritta nel trimestre e 3 prove pratiche e 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 orale farà riferimento alle conoscenze degli studenti riguardo alle attività sportive svolte, ai contenuti tecnico-didattici, ai regolamenti, alle basi anatomo-fisiologiche affrontate durante le lezioni, con riferimento a quanto spiegato durante le lezioni. La modalità di attribuzione potrà avvenire tramite una verifica scritta (quesiti a risposta multipla o domande a risposta breve) o un colloquio orale.
- 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.

Criteria di valutazione delle prove scritte

VOTO	CRITERI DI MASSIMA
1-2	Assoluta mancanza di conoscenze
3-4	Contenuti travisati o gravemente lacunosi
5	Contenuti incerti e incerto sviluppo delle argomentazioni,; carenze e imprecisioni diffuse
6	Contenuti minimi esposti in modo semplice, lineare e globalmente corretto
7-8	Conoscenze soddisfacenti esposte con linguaggio disciplinare adeguato
9-10	Conoscenze approfondite esposte in modo corretto con fluidità espressiva

TIPOLOGIE DI PROVE DI VERIFICA	NUMERO PROVE DI VERIFICA
Trimestre	
Prove scritte
Prove orali	1
Prove pratiche	2

TIPOLOGIE DI PROVE DI VERIFICA	NUMERO PROVE DI VERIFICA
Pentamestre	
Prove scritte
Prove orali	1
Prove pratiche	3

9. COMPETENZE DI CITTADINANZA

<p>Quale specifico contributo può offrire la disciplina per lo sviluppo delle competenze chiave di cittadinanza, al termine del biennio.</p> <p>Formulare delle ipotesi operative, indicando attività e metodologie didattiche per alcune o tutte le competenze qui elencate (*)</p>
<ol style="list-style-type: none"> 1. saper organizzare eventi sportivi nel tempo scuola ed extra scuola 2. maturazione di un atteggiamento positivo verso uno stile di vita sano ed attivo

(*) Fare riferimento al *Curricolo d' Istituto organizzato per assi* e ai lavori del Dipartimento.