

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

**PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE PER COMPETENZE**

***a.s.2024-2025***

<b>CLASSE</b>	<b>Indirizzo di studio</b>
3AS	Liceo Scientifico

<b>Docente</b>	Pellitteri Vincenzo
<b>Disciplina</b>	Scienze Motorie e sportive
<b>Monte ore settimanale nella classe</b>	2
<b>Documento di Programmazione disciplinare presentata in data:</b> 30/10/2024	

## 1. ANALISI DELLA SITUAZIONE DI PARTENZA

### 1.1. Profilo generale della classe

- 1.1.1. **Primo gruppo** - *studenti con ottima preparazione di base*: 40% alunni con un'ottima preparazione di base
- 1.1.2. **Secondo gruppo** - *studenti con buona preparazione di base*: 60% con una buona preparazione di base
- 1.1.3. **Terzo gruppo** - *studenti con accettabile preparazione di base*: 0%
- 1.1.4. **Quarto gruppo** - *studenti con una modesta preparazione di base*: 0%

**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

Interesse nei confronti della disciplina: Adeguato

Impegno nei confronti della disciplina: Buono

Comportamento: responsabile

#### 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;
- Altro [Fare clic o toccare qui per immettere il testo.](#)

## 2. QUADRO DELLE COMPETENZE

Asse culturale:

### Competenze disciplinari:

<b>Competenze disciplinari del secondo Biennio</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: 3AS</b>	
<b>Competenze</b>	<b>Abilità</b>
Percezione di sè e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive	Analizzare e riprodurre schemi motori semplici e complessi. Eseguire esercizi di potenziamento, velocità, flessibilità e resistenza per migliorare i propri livelli di prestazione. Padroneggiare gli aspetti non verbali della comunicazione.
Lo sport, le regole, il fair play.	Controllare l'esecuzione tecnica del gesto sportivo adattandolo alle situazioni . Elaborare tecniche e strategie di gioco. Partecipare e collaborare con i compagni per il raggiungimento di uno scopo comune
Salute, benessere, sicurezza e prevenzione	Adottare comportamenti funzionali alla sicurezza nelle diverse attività. Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza propria e altrui. Utilizzare le corrette procedure in caso di primo intervento
Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico	Scegliere consapevolmente e gestire l'attrezzatura necessaria per svolgere in sicurezza l'attività scelta

[Fare clic o toccare qui per immettere il testo.](#)

### 3. CONTENUTI SPECIFICI DEL PROGRAMMA

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

Pratica: Consolidamento e potenziamento delle capacità motorie. Miglioramento della 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.

Teoria: I muscoli e la loro azione. I principi dell'allenamento. Le discipline che utilizzano il corpo come espressione.

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

Pratica: introduzione ai giochi sportivi individuali e collettivi non convenzionali

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

## Salute, benessere, sicurezza e prevenzione

Pratica: Curare la corretta esecuzione ed eseguire la giusta postura nelle varie esercitazioni e situazioni di gioco. Applicare le norme igieniche di base e di sicurezza.

Teoria: I principi fondamentali per il mantenimento di un buono stato di salute. Tecniche di assistenza durante il lavoro. Codice comportamentale di primo soccorso e trattamento dei traumi più comuni.

## 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- strategia che si intende utilizzare

<input checked="" type="checkbox"/> Lezione frontale	<input checked="" type="checkbox"/> Studio autonomo
<input checked="" type="checkbox"/> Lezione dialogata	<input checked="" type="checkbox"/> Lavoro individuale
<input type="checkbox"/> Writing and reading	<input checked="" type="checkbox"/> Lavoro di gruppo
<input checked="" type="checkbox"/> Problem solving	<input type="checkbox"/> Esercizi differenziati
<input type="checkbox"/> E-learning	<input checked="" type="checkbox"/> Attività progettuali
<input type="checkbox"/> Esperienze di laboratorio	<input type="checkbox"/> Attività laboratoriali
<input checked="" type="checkbox"/> Brainstorming	<input checked="" type="checkbox"/> Attività di recupero/consolidamento
<input type="checkbox"/> Peer education	<input type="checkbox"/> Partecipazione a concorsi
	<input type="checkbox"/> Altro: <a href="#">Fare clic o toccare qui per immettere il testo.</a>

## 6. AUSILI DIDATTICI

### Libri di testo

**Titolo: " Più movimento "**

**Autori:** Fiorini, Bocchi, Coretti, Chiesa Casa Editrice: Marietti Scuola

**Casa Editrice:** Marietti scuola

[Fare clic o toccare qui per immettere il testo.](#)

<input type="checkbox"/> Biblioteca	<input type="checkbox"/> Fotocopie
<input checked="" type="checkbox"/> Palestra	<input checked="" type="checkbox"/> E-book
<input type="checkbox"/> Laboratorio	<input type="checkbox"/> Schemi e mappe
<input checked="" type="checkbox"/> Spazi esterni	<input type="checkbox"/> Audio - video
	<input type="checkbox"/> Altro: <a href="#">Fare clic o toccare qui per immettere il testo.</a>

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

## ORGANIZZAZIONE DEL RECUPERO

<b>Tipologia</b>	<input checked="" type="checkbox"/> Riproposizione dei contenuti in forma diversificata <input checked="" type="checkbox"/> Attività guidate a crescente livello di difficoltà <input checked="" type="checkbox"/> Esercitazioni per migliorare il metodo di studio e di lavoro <input type="checkbox"/> Studio individuale <input type="checkbox"/> Corsi di recupero <input type="checkbox"/> Sportello help <input type="checkbox"/> Altro: <a href="#">Fare clic o toccare qui per immettere il testo.</a>
<b>Tempi</b>	<i>8 ore ( 4 settimane)</i>
<b>Modalità di verifica intermedia delle carenze del I quadrimestre</b>	Test oggettivi ed orali.
<b>Modalità di notifica dei risultati</b>	Registro elettronico

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

<b>Tipologia</b>	<i>Al momento no previsti</i>
<b>Tempi</b>	<i>Al momento non previsti</i>
<b>Modalità di verifica</b>	<i>Al momento non previsti</i>

## 9. VERIFICA E VALUTAZIONE DEGLI APPRENDIMENTI

<b>Tipologia delle verifiche</b>	<input checked="" type="checkbox"/> Test <input checked="" type="checkbox"/> Questionari <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 checked="" type="checkbox"/> Test motori <input type="checkbox"/> Prove grafiche <input checked="" type="checkbox"/> Prove pratiche <input checked="" type="checkbox"/> Colloqui orali
----------------------------------	---

	<input checked="" type="checkbox"/> Presentazioni <input type="checkbox"/> Altro: <a href="#">Fare clic o toccare qui per immettere il testo.</a>
<b>Criteria di misurazione della verifica</b>	Per le griglie di valutazione si fa riferimento al documento di valutazione del dipartimento disciplinare
<b>Tempi di correzione</b>	1 settimana
<b>Modalità di notifica alla classe</b>	Attraverso comunicato da parte del docente e attraverso registro elettronico
<b>Modalità di trasmissione della valutazione alle famiglie</b>	Attraverso registro elettronico
<b>numero prove di verifica</b>	Minimo 2 prove oggettive. Minimo una prova orale per gli esonerati

**10. 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.

# ***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. Modalità di lavoro**
- 6. Ausili didattici**
- 7. Modalità di recupero delle lacune rilevate e di eventuale valorizzazione delle eccellenze**
- 8. Organizzazione del potenziamento per gli alunni che hanno raggiunto una buona preparazione**
- 9. Verifica e valutazione degli apprendimenti**
- 10. Esiti di apprendimento attesi relativamente alle competenze chiave europee**