

MOD. 10/DD

a.s. 2023/2024

Programmazione DIPARTIMENTO di SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

CLASSI PRIME E SECONDE INDIRIZZI TECNICO-TURISTICO, COMMERCIALE, SOCIO-SANITARIO

DISCIPLINA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Coordinatore: VERRUA – D’ANDRIA

Riunione del: 14/09/2022

COMPETENZE TRASVERSALI

Si fa riferimento al curriculum di Istituto.

COMPETENZE DISCIPLINARI	ABILITA' L'ALLIEVA/O:
<p>1. Percezione di sé e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive</p>	<p>A) Conoscere il corpo e la sua funzionalità, ampliando le capacità coordinative e condizionali; organizzare le capacità motorie in relazione ad alcune delle sue variabili B) Conoscere le capacità coordinative e condizionali e saperle utilizzare C) Conoscere il sé corporeo in relazione a spazio/tempo D) Conoscere solo parzialmente il sé corporeo in relazione a spazio/tempo</p>
<p>2. Sport, regole, fair play</p>	<p>A) Ricercare nella pratica di sport di squadra e individuali strategie efficaci per la risoluzione di situazioni problematiche nel rispetto del fair play e del regolamento sportivo B) Collaborare con i compagni all'interno della squadra nel rispetto del regolamento e assumere responsabilità personali C) Collaborare con i compagni all'interno della squadra D) Collaborare solo parzialmente con i compagni all'interno della squadra</p>
<p>3. Salute, benessere, prevenzione</p>	<p>A) Conoscere i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra e negli spazi aperti B) Conoscere le norme igienico-scientifiche essenziali e i principi alimentari per mantenere il proprio corpo in salute C) Adottare stili di vita adeguati per un corretto svolgimento della pratica sportiva</p>

	D) Adottare solo parzialmente stili di vita adeguati per un corretto svolgimento della pratica sportiva.
4. Relazione con l'ambiente naturale	A) Orientarsi in contesti diversificati con attività all'aria aperta per il recupero di un corretto rapporto con l'ambiente. B) Acquisire un consapevole e corretto rapporto con i diversi tipi di ambiente C) Riconoscere l'importanza del rispetto verso il comune patrimonio ambientale D) Assumere solo parzialmente comportamenti corretti verso il comune patrimonio ambientale

LEGENDA: **A)** Livello BUONO **B)** Livello DISCRETO **C)** Livello SUFFICIENTE (di soglia)
D) Livello INSUFFICIENTE (competenza NON raggiunta)

CONTENUTI
Modulo 1 - Le capacità condizionali e coordinative Miglioramento e allenamento delle capacità condizionali e della coordinazione motoria: potenziamento muscolare, stretching, attività aerobica a corpo libero.
Modulo 2 – Sport di squadra Come si gioca; fondamentali individuali e di squadra; le regole di gioco; posizionamento in campo e sviluppo di un'azione di gioco.
Modulo 3 – Sport individuali: gli sport di racchetta Teoria e tecnica delle varie discipline come badminton, tennis tavolo, tennis; il regolamento delle gare.
Modulo 4 – Il Fair Play Che cos'è il Fair Play; la carta del Fair Play; lo sport che cosa non deve essere; aspetti trasversali tra competenze sportive e vita quotidiana
Modulo 5 – Apparato scheletrico e muscolare La funzione del Sistema scheletrico La funzione del Sistema muscolare
Modulo 6 – L'allenamento Il riscaldamento; principi generali di allenamento

OBIETTIVI MINIMI
Si fa riferimento all'abilità C per ogni competenza disciplinare (Livello SUFFICIENTE – vedi legenda)

PROVE DI VERIFICA
Tipologia X aperte X a risposta multipla X interrogazioni orali X prove pratiche X lavori di gruppo
Numero indicativo di valutazioni per quadrimestre: si prevedono almeno due valutazioni.

CRITERI DI VALUTAZIONE

Si fa riferimento ai livelli sopra elencati nella tabella delle abilità (vedi Legenda); si terrà conto inoltre della progressione individuale degli studenti, della rielaborazione personale, dell'autonomia raggiunta e della correttezza del linguaggio.

Per la griglia di valutazione, si fa riferimento a quella di Istituto presente nel REGOLAMENTO(vedi <http://www.istitutoboselli.it/index.php/organizzazione/regolamento-d-istituto>)

PROGETTI/ATTIVITA' PROPOSTI DAL DIPARTIMENTO

Eventuali progetti e iniziative in sinergia con il nostro territorio
Vedi progetti/attività in ambito sportivo (PTOF)

ATTIVITA' INTERDIPARTIMENTALI

UDA/attività/progetti di Educazione Civica

LIBRI DI TESTO

EDUCARE AL MOVIMENTO SLIM – G. FIORINI, N. LOVECCHIO, S. CORETTI, S. BOCCHI – Ed.
MARIETTI SCUOLA (CLASSE PRIMA)

ALTRI MATERIALI DIDATTICI

Attrezzature sportive

MOD. 10/DD

a.s. 2023/2024

Programmazione DIPARTIMENTO di SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

CLASSI TERZE E QUARTE

INDIRIZZI TECNICO-TURISTICO, COMMERCIALE, SOCIO-SANITARIO

DISCIPLINA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Coordinatore: VERRUA – D'ANDRIA

Riunione del: 14/09/2022

COMPETENZE TRASVERSALI

Si fa riferimento al curriculum di Istituto.

COMPETENZE DISCIPLINARI	ABILITA' L'ALLIEVA/O:
<p>1. Percezione di sé e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive</p>	<p>A) Conoscere il corpo e la sua funzionalità, ampliando le capacità coordinative e condizionali; organizzare le capacità motorie in relazione ad alcune delle sue variabili B) Conoscere le capacità coordinative e condizionali e saperle utilizzare C) Conoscere il sé corporeo in relazione a spazio/tempo D) Conoscere solo parzialmente il sé corporeo in relazione a spazio/tempo</p>
<p>2. Sport, regole, fair play</p>	<p>A) Ricercare nella pratica di sport di squadra e individuali strategie efficaci per la risoluzione di situazioni problematiche nel rispetto del fair play e del regolamento sportivo B) Collaborare con i compagni all'interno della squadra nel rispetto del regolamento e assumere responsabilità personali C) Collaborare con i compagni all'interno della squadra D) Collaborare solo parzialmente con i compagni all'interno della squadra</p>
<p>3. Salute, benessere, prevenzione</p>	<p>A) Conoscere i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra e negli spazi aperti B) Conoscere le norme igienico-scientifiche essenziali e i principi alimentari per mantenere il proprio corpo in salute C) Adottare stili di vita adeguati per un corretto svolgimento della pratica sportiva D) Adottare solo parzialmente stili di vita adeguati per un corretto svolgimento della pratica sportiva.</p>

4.Relazione con l'ambiente naturale	<p>A) Orientarsi in contesti diversificati con attività all'aria aperta per il recupero di un corretto rapporto con l'ambiente.</p> <p>B) Acquisire un consapevole e corretto rapporto con i diversi tipi di ambiente</p> <p>C) Riconoscere l'importanza del rispetto verso il comune patrimonio ambientale</p> <p>D) Assumere solo parzialmente comportamenti corretti verso il comune patrimonio ambientale</p>
--	---

LEGENDA: **A)** Livello BUONO **B)** Livello DISCRETO **C)** Livello SUFFICIENTE (di soglia)
D) Livello INSUFFICIENTE (competenza NON raggiunta)

CONTENUTI
<p>Modulo 1 - Le capacità condizionali e coordinative Miglioramento e allenamento delle capacità condizionali e della coordinazione motoria (potenziamento muscolare, stretching, attività aerobica a corpo libero).</p>
<p>Modulo 2 – Sport di squadra Come si gioca; fondamentali individuali e di squadra; le regole di gioco; posizionamento in campo e sviluppo di un'azione di gioco.</p>
<p>Modulo 3 – Sport individuali: sport di racchetta Teoria e tecnica delle varie discipline come badminton, tennis tavolo, tennis; il regolamento delle gare.</p>
<p>Modulo 4 – Sport individuali: atletica Teoria e tecnica delle varie specialità quali le corse, i salti, i lanci; il regolamento delle gare.</p>
<p>Modulo 5 - Educazione stradale Progetto/attività in collaborazione con la Polizia Stradale (classi quarte)</p>
<p>Modulo 6 – L'allenamento Definizione e concetto di allenamento; i principi dell'allenamento.</p>

OBIETTIVI MINIMI
<p>Si fa riferimento all'abilità C per ogni competenza disciplinare (Livello SUFFICIENTE – vedi legenda)</p>

PROVE DI VERIFICA	
Tipologia	<p><input checked="" type="checkbox"/> aperte</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> a risposta multipla</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> interrogazioni orali</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> prove pratiche</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> lavori di gruppo</p>
<p>Numero indicativo di valutazioni per quadrimestre Si prevedono almeno due valutazioni.</p>	

CRITERI DI VALUTAZIONE
<p>Si fa riferimento ai livelli sopra elencati nella tabella delle abilità (vedi Legenda); si terrà conto inoltre della progressione individuale degli studenti, della rielaborazione personale, dell'autonomia raggiunta e della correttezza del linguaggio. Per la griglia di valutazione, si fa riferimento a quella di Istituto presente nel REGOLAMENTO (vedi http://www.istitutoboselli.it/index.php/organizzazione/regolamento-d-istituto)</p>

PROGETTI/ATTIVITA' PROPOSTI DAL DIPARTIMENTO

Eventuali progetti e iniziative in sinergia con il nostro territorio
Vedi progetti/attività in ambito sportivo (PTOF)

ATTIVITA' INTERDIPARTIMENTALI

UDA/attività/progetti di Educazione Civica

LIBRI DI TESTO

IN MOVIMENTO - G.FIORINI S.CORETTI S.BOCCHI - ED. MARIETTI SCUOLA

ALTRI MATERIALI DIDATTICI

Attrezzature sportive

MOD. 10/DD

a.s. 2023/2024

Programmazione DIPARTIMENTO di SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

CLASSI QUINTE

INDIRIZZI TECNICO-TURISTICO, COMMERCIALE, SOCIO-SANITARIO

DISCIPLINA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Coordinatore: VERRUA – D'ANDRIA

Riunione del: 14/09/2022

COMPETENZE TRASVERSALI

Si fa riferimento al curriculum di Istituto.

COMPETENZE DISCIPLINARI	ABILITA' L'ALLIEVA/O:
<p>1. Percezione di sé e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive</p>	<p>A) Conoscere il corpo e la sua funzionalità, ampliando le capacità coordinative e condizionali; organizzare le capacità motorie in relazione ad alcune delle sue variabili B) Conoscere le capacità coordinative e condizionali e saperle utilizzare C) Conoscere il sé corporeo in relazione a spazio/tempo D) Conoscere solo parzialmente il sé corporeo in relazione a spazio/tempo</p>
<p>2. Sport, regole, fair play</p>	<p>A) Ricercare nella pratica di sport di squadra e individuali strategie efficaci per la risoluzione di situazioni problematiche nel rispetto del fair play e del regolamento sportivo B) Collaborare con i compagni all'interno della squadra nel rispetto del regolamento e assumere responsabilità personali C) Collaborare con i compagni all'interno della squadra D) Collaborare solo parzialmente con i compagni all'interno della squadra</p>
<p>3. Salute, benessere, prevenzione</p>	<p>A) Conoscere i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra e negli spazi aperti B) Conoscere le norme igienico-scientifiche essenziali e i principi alimentari per mantenere il proprio corpo in salute C) Adottare stili di vita adeguati per un corretto svolgimento della pratica sportiva D) Adottare solo parzialmente stili di vita adeguati per un corretto svolgimento della pratica sportiva.</p>

4.Relazione con l'ambiente naturale	<p>A) Orientarsi in contesti diversificati con attività all'aria aperta per il recupero di un corretto rapporto con l'ambiente.</p> <p>B) Acquisire un consapevole e corretto rapporto con i diversi tipi di ambiente</p> <p>C) Riconoscere l'importanza del rispetto verso il comune patrimonio ambientale</p> <p>D) Assumere solo parzialmente comportamenti corretti verso il comune patrimonio ambientale</p>
--	---

LEGENDA: **A)** Livello BUONO **B)** Livello DISCRETO **C)** Livello SUFFICIENTE (di soglia)
D) Livello INSUFFICIENTE (competenza NON raggiunta)

CONTENUTI

Modulo 1 - Le capacità condizionali e coordinative

Miglioramento e allenamento delle capacità condizionali e della coordinazione motoria (potenziamento muscolare, stretching, attività aerobica a corpo libero).

Modulo 2 - Sport di squadra

Come si gioca; fondamentali individuali e di squadra; le regole di gioco; posizionamento in campo e sviluppo di un'azione di gioco.

Modulo 3 – Sport individuali: atletica

Teoria e tecnica delle varie specialità quali le corse, i salti, i lanci; il regolamento delle gare.

Modulo 4 - Storia delle Olimpiadi

Cenni storici su discipline sportive; Olimpiadi antiche e moderne; Paralimpiadi; Special Olympics.

Modulo 5 - Primo soccorso

Progetto/attività in collaborazione con la Croce Verde.

OBIETTIVI MINIMI

Si fa riferimento all'abilità C per ogni competenza disciplinare (Livello SUFFICIENTE – vedi legenda)

PROVE DI VERIFICA

- Tipologia**
- aperte
 - a risposta multipla
 - interrogazioni orali
 - prove pratiche
 - lavori di gruppo

Numero indicativo di valutazioni per quadrimestre

Si prevedono almeno due valutazioni.

CRITERI DI VALUTAZIONE

Si fa riferimento ai livelli sopra elencati nella tabella delle abilità (vedi Legenda); si terrà conto inoltre della progressione individuale degli studenti, della rielaborazione personale, dell'autonomia raggiunta e della correttezza del linguaggio.

Per la griglia di valutazione, si fa riferimento a quella di Istituto presente nel REGOLAMENTO (vedi <http://www.istitutoboselli.it/index.php/organizzazione/regolamento-d-istituto>)

PROGETTI/ATTIVITA' PROPOSTI DAL DIPARTIMENTO

Eventuali progetti e iniziative in sinergia con il nostro territorio
Vedi progetti/attività in ambito sportivo (PTOF)

ATTIVITA' INTERDIPARTIMENTALI

UDA/attività/progetti di Educazione Civica

LIBRI DI TESTO

IN MOVIMENTO - G.FIORINI S.CORETTI S.BOCCHI - Ed. MARIETTI SCUOLA

ALTRI MATERIALI DIDATTICI

Attrezzature sportive