

**ISTITUTO DI ISTRUZIONE SECONDARIA**

**“Enrico Mattei”**

TECNICO ECONOMICO- LICEO SCIENTIFICA

LICEO DELLE SCIENZE UMANE- LICEO ECONOMICO SOCIALE

Via delle Rimembranze, 26 – 40068 San Lazzaro di Savena BO

PROGRAMMAZIONE

DIPARTIMENTO DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

a.s. 2019/2020

## CLASSI DEL BIENNIO

I traguardi formativi per le classi del primo biennio prevedono un percorso didattico teso a ridurre eventuali lacune e a definire e migliorare le capacità coordinative e condizionali degli studenti al fine di realizzare schemi motori complessi che possano permettere loro di affrontare differenti attività motorie e sportive.

La programmazione verterà su:

- A. Conoscenza delle abilità e della situazione iniziale degli studenti attraverso test di ingresso sulle capacità condizionali e coordinative degli studenti
- B. Raggiungimento delle competenze di seguito riportate
- C. Interventi necessari per colmare le lacune rilevate
- D. Esercitazioni con difficoltà progressivamente crescenti

La programmazione si suddivide in quattro parti in ognuna delle quali si individuano le rispettive competenze e relative conoscenze e abilità da raggiungere.

<b>PARTE</b>	<b>COMPETENZE</b>	<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITA'</b>
<b>1. LE CAPACITA' CONDIZIONALI</b>	Svolgere attività motorie adeguandosi ai diversi contesti; riconoscere le variazioni fisiologiche	Conoscere: il proprio corpo e la sua funzionalità; gli effetti e l'utilizzo dell'allungamento muscolare, della mobilità articolare, della tonificazione muscolare e del ritmo.	Percezione, consapevolezza ed elaborazione di risposte motorie efficaci e personali in situazioni semplici; assumere posture corrette a carico naturale e con leggeri carichi
<b>2. MOVIMENTO: PERCEZIONE SENSORIALE, SPAZIO-TEMPO E CAPACITA' COORDINATIVE</b>	Essere consapevoli delle sensazioni provenienti dal proprio corpo, delle sue potenzialità e dei suoi limiti, in rapporto allo spazio e al tempo	Conoscere l'insieme delle capacità motorie coordinative basilari per prestazioni motorie e sportive	Elaborare risposte motorie: in situazioni di lavoro individuale, a coppie e di gruppo; di coordinazione globale, oculo manuale e oculo podalica, di equilibrio, di destrezza con e senza attrezzi
<b>3. GIOCO, GIOCO-SPORT E SPORT</b>	Conoscere e praticare in modo basilare i principali sport individuali e di squadra	Conoscere gli aspetti essenziali della terminologia, del regolamento e tecnica di sport individuali e di squadra	Praticare in modo essenziale e corretto giochi sportivi e sport individuali; elaborare autonomamente e in gruppo tecniche e strategie dei giochi sportivi trasferendole a spazi e a tempi disponibili; sapersi esprimere e orientare in attività ludiche e sportive in ambiente naturale

<p style="text-align: center;"><b>4. SICUREZZA E SALUTE</b></p>	<p style="text-align: center;">Conoscere i principi fondamentali per l'adozione di un corretto stile di vita</p>	<p style="text-align: center;">Conoscere il proprio corpo e la propria condizione fisica, le norme di comportamento per la prevenzione di infortuni e per il primo soccorso</p>	<p style="text-align: center;">Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza in palestra, a scuola e negli spazi aperti; curare l'alimentazione relativa al fabbisogno quotidiano</p>
---	--	---	--

## CLASSI DEL TRIENNIO

I traguardi formativi in questa seconda parte del ciclo scolastico tenderanno a scoprire ed orientare le attitudini personali degli studenti che potranno acquisire molteplici abilità, trasferibili in qualunque altro contesto di vita, e corretti stili comportamentali interiorizzati grazie anche all'educazione alla salute, all'affettività, all'ambiente e alla legalità.

La programmazione, sempre suddivisa in quattro parti fondanti, verterà su:

	<b>COMPETENZE</b>	<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITA'</b>
<p style="text-align: center;"><b>1. LE CAPACITA' CONDIZIONALI</b></p>	<p style="text-align: center;">Saper organizzare attività motorie in funzione delle proprie potenzialità, propri limiti e bisogni</p>	<p style="text-align: center;">Conoscere le potenzialità di movimento del proprio corpo e le sue funzioni fisiologiche; conoscere l'importanza del condizionamento propedeutico alle attività</p>	<p style="text-align: center;">Elaborare risposte motorie efficaci e personali in situazioni anche complesse; assumere posture corrette in presenza di carichi; organizzare percorsi motori e sportivi</p>
<p style="text-align: center;"><b>2. MOVIMENTO: PERCEZIONE SENSORIALE, SPAZIO-TEMPO E CAPACITA' COORDINATIVE</b></p>	<p style="text-align: center;">Rispondere in maniera adeguata alle varie afferenze (proprioceptive ed esteroceptive) anche in contesti complessi (terreni e acquatici) per migliorare l'efficacia dell'azione motoria</p>	<p style="text-align: center;">Controllare e regolare i movimenti riferiti a se stessi ed all'ambiente per risolvere un compito motorio utilizzando le informazioni sensoriali</p>	<p style="text-align: center;">Essere consapevoli di una risposta motoria efficace ed economica; gestire in modo autonomo la fase di avviamento in funzione dell'attività scelta; saper ideare e realizzare semplici sequenze di esercizi a corpo libero e/o con piccoli attrezzi eventualmente su base musicale</p>

<p style="text-align: center;"><b>3. GIOCO, GIOCO-SPORT E SPORT</b></p>	<p>Conoscere gli elementi fondamentali della Storia dello sport; conoscere ed utilizzare le strategie di gioco, dare il proprio contributo personale.</p>	<p>Conoscere la struttura e le regole degli sport affrontati e il loro aspetto educativo e sociale</p>	<p>Trasferire tecniche, strategie e regole adattandole alle capacità, esigenze, spazi e tempi</p>
<p style="text-align: center;"><b>4. SICUREZZA E SALUTE</b></p>	<p>Acquisire atteggiamenti corretti in difesa della salute al fine di prevenire infortuni, di favorire un sano stile di vita, di creare una corretta coscienza sportiva</p>	<p>Conoscere le norme in caso di infortunio; conoscere i principi per un corretto stile di vita alimentare, utilizzare responsabilmente mezzi e strumenti idonei a praticare l'attività (anche in ambiente naturale).</p>	<p>Essere in grado di collaborare in caso di infortunio; assumere comportamenti funzionali ad un sano stile di vita; divenire consapevoli nella gestione della propria e altrui salute</p>

La programmazione sarà suddivisa nei seguenti moduli o unità didattiche:

- Miglioramento delle capacità condizionali
- Consolidamento delle capacità coordinative
- Rielaborazione dello schema corporeo
- Pre-acrobatica
- Atletica leggera
- Giochi sportivi
- Nuovi sport
- Teoria

### **METODOLOGIE DIDATTICHE**

Le lezioni saranno prevalentemente frontali, ma possono essere proposti anche lavori di gruppo.

Gli argomenti possono essere presentati in modo globale; analitico dove il gesto motorio richiede una maggior attenzione di esecuzione.

Ogni classe farà riferimento al programma personale del proprio insegnante e verrà svolto in funzione del contesto specifico della classe in cui egli opera, delle precise scelte legate alla propria professionalità, delle altre attività curriculari, ma in linea comunque con quanto definito dal Dipartimento.

### **ATTREZZATURE E STRUMENTI DIDATTICI**

Palestra Palayuri

Mattei Rock

Palestra Rodriguez

Campi del Parco della Resistenza e del Parco dei Cedri

Pista di atletica dell'istituto  
 Palestra Scuola media Rodari  
 Piscina Kennedy  
 Palestra e sala di pesistica Kennedy  
 Campi di beach volley e beach tennis  
 Palestra Operazione fitness (S. Lazzaro di Savena) Tennis Park (S. Lazzaro di Savena)  
 Monkeys' Planet (palestra di arrampicata)  
 Sentieri podistici, tracciati del CAI n° 802/817 e deviazioni, parco dei Gessi nel comprensorio dei comuni di S. Lazzaro, Ozzano dell'Emilia e Bologna

**MANUALE:** "Più movimento" di G. Fiorini, S. Bocchi, S. Coretti, E. Chiesa ed. Marietti scuola  
 "Attivamente insieme" di C. Bughetti, M. Lambertini

### **NUMERO VERIFICHE SOMMATIVE PREVISTE PER OGNI PERIODO**

La verifica formativa viene effettuata nel corso delle lezioni come controllo del processo educativo e di apprendimento.

La verifica sommativa, che accerta il raggiungimento degli obiettivi specifici di apprendimento (OSA) mediante prove pratiche, verrà effettuata per ogni modulo affrontato.

La valutazione, infine, terrà conto non solo delle prove tecniche per ogni singola disciplina, ma anche dell'impegno, della partecipazione, della progressione d'apprendimento rilevate attraverso l'osservazione sistematica.

### **OFFERTA FORMATIVA**

I progetti relativi alla materia potranno interessare attività in orario curriculare ed extracurriculare, con l'obiettivo comune di migliorare l'offerta formativa per gli studenti.

#### **A) I progetti in orario curriculare**

- a.1: organizzazione della corsa campestre fase d'istituto per tutte le classi (ottobre/novembre)
- a.2: organizzazione di manifestazione di Istituto di atletica leggera
- a.3: organizzazione di un ciclo di lezioni di nuovi sport da tenersi secondo i seguenti criteri:
  - approvazione degli organi collegiali
  - numero lezioni per classe: 3-4
  - numero di progetti per classe: 1
  - costo complessivo per studente massimo € 10

La frequenza al corso, approvato dal c.d.c., è obbligatoria per tutti gli studenti della classe in quanto parte della programmazione didattica ad eccezione di coloro che hanno comprovati motivi fisici che impediscono la pratica della disciplina

- Requisiti professionali degli esperti in discipline motorie sportive:
  - diploma ISEF o laurea in Scienze motorie
  - qualifica di federazione sportiva o di ente di promozione o di scuola di formazione
  - comprovata esperienza didattica educativa nella disciplina
- La lezione dovrà essere svolta nella palestra assegnata alla classe, salvo diversa disponibilità di utilizzo di impianti e il cui uso venga approvato dal Consiglio di classe.
- I progetti proposti saranno:

PROGETTO	ASSOCIAZIONE
Roller	Società sportiva "Cinque cerchi"
Scherma	Società sportiva "Cinque cerchi"; CUS Bologna
Tiro con l'arco	Federazione Italiana tiro con l'arco

Fleg football	Società americana Warriors
Autodifesa	A.S.D. Acquadela
Frisbee	CUS Bologna
Hockey su prato	Società sportiva "Cinque cerchi"
Yoga	Da definire

I progetti verranno scelti dagli studenti delle classi che desiderano partecipare al progetto ad eccezione delle classi prime in cui verrà proposta la sola disciplina del Fleg football.

**B) I progetti in orario extracurricolare** saranno concentrati nel periodo novembre/maggio.

I progetti proposti saranno:

- Attività di multisport
- Badminton
- Pallacanestro/pallavolo
- Podismo e atletica leggera
- Fitness
- Olimpiadi della danza (hip hop)
- Vela

NOTA BENE: i progetti possono subire variazioni in base alle esigenze didattiche ed organizzative dei docenti referenti. Verranno comunicati in un secondo tempo i progetti definitivi.

## GRIGLIE DI VALUTAZIONE

VOTO	ABILITA' CONOSCENZE E COMPETENZE RAGGIUNTE	PARTECIPAZIONE E IMPEGNO
4	Non realizza nessuna delle attività motorie proposte. Competenze inadeguate Conoscenze degli argomenti e competenze disciplinari molto frammentarie	Non mostra né interesse né impegno
5	Non riconosce del tutto la richiesta e non sa adeguare le risposte motorie. Conoscenze e competenze disciplinari superficiali	Mostra un interesse non adeguato ed un impegno superficiale
6	Sufficientemente corretti gli schemi corporei di base, mostra un processo di evoluzione in termini di capacità condizionali e coordinative	E' limitatamente interessato ed impegnato a quanto proposto
7	Esegue correttamente tutti gli schemi corporei semplici; mostra qualche imprecisione in qualche gesto motorio di difficoltà medio-alta. Adeguate competenze motorie sia sul piano coordinativo, condizionale e tattico.	E' costantemente interessato con un impegno continuo

<b>8</b>	Realizza sempre e correttamente tutti i compiti motori assegnati. Elabora risposte motorie in quasi tutte le attività motorie. Buon livello delle competenze motorie	Partecipa attivamente, interesse vivo con evidente desiderio di crescita e miglioramento
<b>9</b>	Esprime una elevata capacità di automazione del gesto atletico o del compito motorio anche in situazioni complesse. Livello coordinativo raffinato e livello condizionale molto elevato in tutte le discipline	Partecipa costantemente con interesse, si impegna sempre con grande senso del dovere, di responsabilità e rispetto delle regole
<b>10</b>	Possiede ottime qualità motorie che utilizza in tutte le attività proposte evidenziando completa autonomia nel gestirle e riconoscerle. Dimostra rapidità della risposta motoria in relazione ad una corretta conoscenza delle proprie potenzialità.	Propositivo, interessato mostra un rispetto completo per le regole; collabora nelle attività individuali e di gruppo costituendo esempio e stimolo per la classe. Elabora e approfondisce in maniera autonoma e personale quanto proposto

Per l'accertamento delle conoscenze/competenze si faranno almeno due verifiche strutturate nel primo trimestre e almeno tre nel pentamestre.

Ove l'allievo per l'elevato e adeguatamente giustificato numero di assenze o per esonero non potrà essere valutato nella parte pratica, effettuerà verifiche orali, grafiche o scritte su argomenti concordati con il docente tratti dal libro di testo, da monografie e riviste che trattano la disciplina; su ricerche; su argomenti trattati praticamente durante le lezioni dai compagni.

In caso di prolungata impossibilità a partecipare alle lezioni pratiche è necessario inoltrare domanda di esonero (parziale, totale; temporaneo o per tutto l'anno) secondo le modalità indicate nel survival kit.

San Lazzaro di Savena, 13/09/2019

I docenti di Scienze Motorie e Sportive