



E. FERRARI
Battipaglia (Sa)

PROGRAMMAZIONE EDUCATIVO - DIDATTICA
PIANO DI LAVORO

| | | | | | |
|---|--|---|--------------|---|------------------------|
| • DOCENTE: Miceli Nestore | | • MATERIA: Scienze motorie e sportive | | | |
| • A.S. 2019-2020 | • CLASSE QUINTA SEZIONE: A INDIRIZZO: SALA | | | | |
| SITUAZIONE DI PARTENZA | | | | | |
| Livello della classe | Comportamento | N.° ALLIEVI: 15 Osservazioni | | | |
| Medio-alto Medio x Medio-basso Basso | Vivace x Tranquillo Passivo Problematico | | | | |
| Strumenti utilizzati per l'analisi | | | | | |
| X | test d'ingresso | X | osservazione | | verifiche alla lavagna |
| | questionari | X | dialogo | X | Altro (Prove pratiche) |

COMPETENZE RELATIVE ALLA MATERIA AL TERMINE DEL PERCORSO QUINQUENNALE

Il docente di Scienze motorie e sportive concorre a far conseguire allo studente, al termine del percorso quinquennale di istruzione professionale:

la consapevolezza della propria corporeità intesa come conoscenza, padronanza e rispetto del proprio corpo; il consolidamento dei valori sociali dello sport e l'acquisizione di una buona preparazione motoria; un atteggiamento positivo verso uno stile di vita sano e attivo cogliendo le implicazioni e i benefici derivanti dalla pratica di varie attività fisiche svolte nei diversi ambienti; la conoscenza e la pratica di varie attività sportive sia individuali che di squadra, permettendo allo studente di scoprire e valorizzare attitudini, capacità e preferenze personali acquisendo e padroneggiando dapprima le abilità motorie e successivamente le tecniche sportive specifiche, da utilizzare in forma appropriata e controllata. L'attività sportiva, sperimentata nei diversi ruoli di giocatore, arbitro, giudice od organizzatore, valorizza la personalità dello studente generando interessi e motivazioni specifici, utili a scoprire ed orientare le attitudini personali che ciascuno potrà sviluppare. L'attività sportiva si realizza in armonia con l'istanza educativa, sempre prioritaria, in modo da promuovere in tutti gli studenti l'abitudine e l'apprezzamento della sua pratica. Essa potrà essere propedeutica alle eventuali attività previste all'interno del Centro Sportivo Scolastico. Lo studente, lavorando sia in gruppo che individualmente, impara a

confrontarsi e a collaborare con i compagni seguendo regole condivise per il raggiungimento di un obiettivo comune.

1. QUADRO DEGLI OBIETTIVI DI COMPETENZA

ASSE SCIENTIFICO E MOTORIO

| | |
|--------------------------|--|
| <u>Competenze</u> | Riconoscere i principali aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea ed esercitare in modo efficace la pratica sportiva per il benessere individuale e collettivo |
|--------------------------|--|

ORGANIZZAZIONE DELLA PROGRAMMAZIONE IN U.D.A

U.D.A. N°1

TITOLO dell'U.d.A.: SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE A SCUOLA
(ottobre, novembre, dicembre)

Nuclei tematici:

Norme di sicurezza generali e relative all'ambiente palestra; norme igieniche in relazione alla pratica sportiva; traumatologia sportiva e pronto soccorso; nozioni sugli effetti dell'attività fisica sul benessere della persona; principi di una sana alimentazione e relativi benefici.

| COMPETENZE | CONOSCENZE | ABILITÀ' |
|--|---|---|
| sa utilizzare elementari nozioni di sicurezza; sa adottare comportamenti che non mettano a rischio se stessi e gli altri; la salute, il concetto di salute | Conoscere: i principi fondamentali della sicurezza in palestra e non; le norme di prevenzione e gli elementi del primo soccorso (traumatologia); la finalità delle esercitazioni svolte in particolare relativamente ad una fase di avviamento motorio; la prevenzione dei rischi e dei pericoli di una attività motoria auto-gestita; gli aspetti scientifici e sociali delle problematiche alimentari. | Saper: applicare i comportamenti corretti per la gestione di emergenze e di pericolo; collaborare durante le prove simulate di evacuazione; mantenere in sicurezza gli ambienti utilizzati assumendo comportamenti responsabili; sapersi muovere avendo percezione dei propri limiti; mantenere un comportamento equilibrato; scegliere di adottare corretti stili di vita; adottare stili di vita attivi applicando i principi di sicurezza e prevenzione e dando valore alla attività fisica e sportiva. |
| Numero e tipo di verifiche | Una nel corso dell'anno. Osservazioni comportamentali (palestra, scuola, cortile, prove simulate). | |

| | |
|-----------------------------------|-------|
| Altre discipline coinvolte | Tutte |
|-----------------------------------|-------|

| |
|---|
| U.D.A. N°2 |
| TITOLO dell'U.d.A.: LA PERCEZIONE DEL SE' ATTRAVERSO LO SVILUPPO DELLE CAPACITA' MOTORIE CONDIZIONALI (ottobre, novembre, dicembre) |

Nuclei tematici:

Esercizi a carico naturale, esercizi di opposizione e resistenza a coppie, corsa per tempi prolungati, esercizi attivi e passivi per la mobilità, stretching, esercizi e giochi di velocità, circuit training

| COMPETENZE | CONOSCENZE | ABILITÀ' |
|---|---|---|
| Saper distribuire lo sforzo nel tempo; Controllare il ritmo e le modalità esecutive delle diverse esercitazioni; Saper migliorare la propria prestazione. | Conoscere: la terminologia specifica di base della disciplina; le capacità motorie condizionali; i principali metodi di allenamento; la finalità degli esercizi svolti; finalità e tecnica esecutiva dello stretching; le capacità condizionali anche dal punto di vista teorico. | Saper prolungare il lavoro nel tempo in modo efficace; eseguire movimenti con la massima escursione possibile; vincere e opporsi a resistenze esterne, al proprio peso; compiere azioni nel minimo tempo possibile; sapersi valutare e confrontare. |
| Numero e tipo di verifiche | Una nel corso dell'anno, pratica o teorico-pratica. In ogni caso presenza, partecipazione attiva e livelli di partenza saranno considerati nella valutazione finale. | |
| Altre discipline coinvolte | | |

| |
|--|
| U.D.A. N°3 |
| TITOLO dell'U.d.A.: LA PERCEZIONE DEL SE' ATTRAVERSO LO SVILUPPO DELLE CAPACITA' MOTORIE COORDINATIVE (gennaio, febbraio, marzo) |

Nuclei tematici:

esercizi con piccoli attrezzi; percorsi; esercizi e andature per l'indipendenza segmentaria; esercizi di equilibrio dinamico; giochi di situazione; esercizi di pre-acrobatica; creazione di esercizi con utilizzo della musica; step.

| COMPETENZE | CONOSCENZE | ABILITÀ' |
|--|---|--|
| Saper gestire il proprio corpo in modo controllato e armonico; Saper adattare le proprie azioni al variare delle situazioni e al fine | Conoscere: il concetto di coordinazione e la classificazione; i principi fondamentali | Saper: sperimentare risposte motorie adeguate alle richieste; |

| | | |
|---|--|---|
| da raggiungere; Sapersi rapportare in modo adeguato con gli altri, gli oggetti e l'ambiente; Favorire uno sviluppo armonico ed equilibrato. | dell'apprendimento motorio; riconosce le difficoltà e sapersi correggere; le capacità coordinative anche dal punto di vista teorico. | gestire i segmenti corporei in modo indipendente e combinato; organizzare i propri movimenti nello spazio e nel tempo - saper lavorare in gruppo; saper adattare a contesti diversi quanto appreso. |
| Numero e tipo di verifiche | Una nel corso dell'anno, pratica o teorico-pratica. In ogni caso presenza, partecipazione attiva e livelli di partenza saranno considerati nella valutazione finale | |
| Altre discipline coinvolte | | |

| |
|--|
| U.D.A. N°4 |
| TITOLO dell'U.d.A.: GLI SPORT DI SQUADRA, LE REGOLE ED IL FAIR PLAY (gennaio, febbraio, marzo) |

Nuclei tematici:

Sport di squadra: pallavolo, calcio a 5 (aspetti relazionali e cognitivi);

| COMPETENZE | CONOSCENZE | ABILITÀ' |
|---|--|---|
| Scoprire le proprie attitudini e capacità; Accettare e rispettare i regolamenti; Accettare tutti i compagni del gruppo, agire con fair-play; Acquisire tecniche sportive specifiche e applicarle nella logica del gioco. | Conoscere: le regole principali; la terminologia fondamentale dell'argomento; conosce il rispetto dell'avversario, l'aspetto educativo e sociale dello sport; i modelli locali, nazionali, europei ed internazionali dell'organizzazione sportiva. | Saper eseguire in modo adeguato alle proprie capacità i principali fondamentali del gioco; essere disponibile verso il prossimo; partecipare in modo attivo; interpretare le dinamiche afferenti al mondo sportivo e all'attività fisica. |
| Numero e tipo di verifiche | Una nel corso dell'anno, pratica o teorico-pratica. In ogni caso presenza, partecipazione attiva e livelli di partenza saranno considerati nella valutazione finale | |
| Altre discipline coinvolte | | |

| |
|--|
| U.D.A. N°5 |
| TITOLO dell'U.d.A.: GLI SPORT INDIVIDUALI E IN AMBIENTE NATURALE, LE REGOLE ED IL FAIR PLAY (aprile, maggio, giugno) |

Nuclei tematici:

si proporranno attività, più o meno approfondite, per far conoscere alcune dei seguenti sport individuali: atletica, badminton, tennistavolo, tennis e la storia delle Olimpiadi moderne.

| COMPETENZE | CONOSCENZE | ABILITÀ' |
|--|--|---|
| Scoprire le proprie attitudini e capacità; Acquisire una maggior padronanza negli schemi motori di base; Acquisire un atteggiamento attivo e rispettoso nei confronti dell'ambiente naturale; Saper rispettare le regole. | Conoscere: la classificazione delle specialità atletiche; le principali regole delle discipline trattate; gli elementi tecnici essenziali delle discipline trattate; il codice del fair play; alcune attività sportive in ambiente naturale; alcune problematiche ambientali (es: raccolta differenziata). | Saper: gestire con efficacia gli schemi motori del correre, saltare, lanciare e colpire; misurare le diverse prestazioni; interagire correttamente con l'ambiente attraverso la pratica motoria; autogestire una fase di riscaldamento generale; adattare ai diversi contesti ambientali le tecniche sportive acquisite; riconoscere i propri limiti e potenzialità; mettere in atto comportamenti equilibrati e rispettosi. |
| Numero e tipo di verifiche | Una nel corso dell'anno, pratica o teorico-pratica. In ogni caso presenza, partecipazione attiva e livelli di partenza saranno considerati nella valutazione finale. | |
| Altre discipline coinvolte | | |

Per gli alunni esonerati la valutazione sarà riferita alla componente cognitiva (appunti, collaborazioni, verifiche scritte e orali) e alla partecipazione attiva come da **c.m. n.216 prot. n°1771/A del 17 luglio 1987**.

I tempi possono subire variazioni in base al numero degli allievi, al senso di responsabilità dimostrato, ai diversi ritmi di apprendimento, o ad altri imprevisti, quali la turnazione per l'utilizzo dei vari spazi e le condizioni meteorologiche.

2. OBIETTIVI MINIMI DA RAGGIUNGERE

Essere consapevole del percorso effettuato per il miglioramento delle capacità condizionali e coordinative; Correggere comportamenti che compromettono il gesto motorio; Cogliere l'importanza del linguaggio del corpo nella comunicazione a scuola, nel lavoro, nella vita; Praticare adeguatamente almeno due sport (individuali e di squadra) ricoprendo i ruoli più congeniali alle proprie capacità; Conoscere le regole, gli elementi tecnici essenziali, i gesti arbitrari più importanti degli sport trattati; Adottare stili comportamentali improntati al fair play; Le nozioni fondamentali

di anatomia funzionale; Mettere in atto corrette abitudini nel rispetto della sicurezza. Essere consapevole del percorso da effettuare per il mantenimento della salute e del benessere psico-fisico.

3 - Metodologia

| Mediazione didattica (metodi) | Soluzioni organizzative (Mezzi) | Spazi |
|---|--|---|
| X Lezioni frontali | X Testi | X Aula |
| X Insegnamento individualizzato | <ul style="list-style-type: none"> Lavagna | <ul style="list-style-type: none"> Aula multimediale |
| X Discussione | <ul style="list-style-type: none"> Vocabolari | X Spazi laboratoriali |
| X Didattica laboratoriale | <ul style="list-style-type: none"> Materiale in fotocopia | <ul style="list-style-type: none"> Azienda Istituto |
| X Cooperative learning | <ul style="list-style-type: none"> Giornali | <ul style="list-style-type: none"> Visite guidate |
| <ul style="list-style-type: none"> E-learning | <ul style="list-style-type: none"> Supporti multimediali | <ul style="list-style-type: none"> Altro |
| <ul style="list-style-type: none"> Apprendimento tramite rinforzo | <ul style="list-style-type: none"> Stage | |
| X Problem solving | <ul style="list-style-type: none"> Altro (specificare) | |
| <ul style="list-style-type: none"> Ricerca sperimentale | | |
| <ul style="list-style-type: none"> Ricerca-azione | | |
| <ul style="list-style-type: none"> Simulazione (roleplaying) | | |
| <ul style="list-style-type: none"> Esercitazioni in classe o al computer | | |
| X Riferimenti interdisciplinari | | |
| <ul style="list-style-type: none"> Altro (specificare) | | |

4 – Strumenti

4.1 – Libri di testo

| Autore | Titolo | Volume | Editore | Codice ISBN |
|-----------------------------|---------------------|--------|---------|----------------|
| Bughetti, Lambertini, Pajni | Attivamente insieme | U | Clio | 97888884960689 |

4.2 – Altri strumenti da utilizzare

- Altro (attrezzature grandi, piccole, fisse e mobili in uso nella palestra o nei luoghi deputati allo svolgimento delle attività motorie).

5 - Valutazione e verifica

5-1 – Criteri di valutazione

Nella valutazione si terrà particolarmente conto del rendimento rispetto agli obiettivi prefissati, nonché della personalità globale dell'alunno, della sua situazione iniziale, dell'attitudine, dell'impegno e della qualità della partecipazione al dialogo educativo.

Le verifiche intermedie e le valutazioni periodiche e finali sul rendimento scolastico devono essere coerenti con gli obiettivi di apprendimento previsti dal piano dell'offerta formativa e con i processi di riforma in atto. Per tale motivo si adotteranno tutte le modalità di verifica che si riterranno opportune per accertare le conoscenze e le competenze degli alunni:

- prove non strutturate (brevi interrogazioni orali non programmate, ecc.)
- prove semi-strutturate (esercitazioni laboratoriali, prove pratiche, contributi articolati e propositivi al lavoro di gruppo);
- prove strutturate (test).

Alle griglie di valutazione delle prove pratiche e orali si affiancheranno le rubriche di valutazione delle competenze ed una check list per monitorare i lavori di gruppo.

| Voto | Giudizio | Conoscenze | Competenze | Abilità | Competenze sociali e civiche |
|--------------|-----------------|-------------------------------------|--|--|--|
| 1 - 4 | Scarso | Scarsissime, lacunose, superficiali | Mancanza di applicazione, partecipazione e rispetto delle regole. Non applica le conoscenze motorie esprimendo errori e limiti. | Non partecipa e non collabora Esegue il gesto motorio in modo molto scorretto e superficiale. Non controlla il proprio corpo e non rispetta le attività di gruppo. | Molto spesso non agisce in modo autonomo, non rispetta le regole della comune convivenza |
| 5 | Mediocre | Incerte e incomplete | Esprime insicurezza ed errori nelle diverse attività motorie e sportive. Gestisce con difficoltà semplici collegamenti e | Esegue il gesto motorio esprimendo imprecisioni e incertezze. Non compie esercitazioni adeguate a | Qualche volta non agisce in modo autonomo e non sempre rispetta le regole della |

| | | | | | |
|-------------|----------------------------|--|---|--|---|
| | | | relazioni | migliorare i propri limiti | comune convivenza |
| 6 | Sufficiente | Essenziali e appropriate | Guidato, gestisce in modo sostanzialmente corretto conoscenze e attività motorie proposte | Esegue il gesto motorio in modo semplice e adeguato | Quasi sempre agisce in modo autonomo e rispetta le regole della comune convivenza |
| 7 | Discreto | Adeguate e globalmentecorrette | Sa produrre risposte motorie in modo adeguato e fondamentalmente corretto | Esegue il gesto motorio in modo adeguato ed essenzialmente corretto. Partecipa in modo adeguato alle attività di gruppo | Agisce in modo autonomo e responsabile rispettando le regole della comune convivenza |
| 8 | Buono | Complete e corrette | Utilizza le conoscenze e le applica correttamente anche in situazioni nuove Sa rielaborare gli apprendimenti acquisiti | Rivela buona esecuzione del gesto motorio e buone capacità di collegamento Sa valutare i propri limiti e prestazioni | Collabora e partecipa alla vita di gruppo, rispettando le regole e comprendendo i diversi punti di vista delle persone |
| 9-10 | Ottimo / eccellente | Complete, approfondite e rielaborate in modo personale | Si rapporta in modo responsabile verso gli altri, gli oggetti e l'ambiente. Applica le conoscenze con sicurezza, autonomia e personalità. Lavora in gruppo e individualmente, confrontandosi con i compagni. Mostra un atteggiamento positivo verso uno stile di vita attivo. | Ottime qualità motorie Esprime gesti tecnici e sportivi con sicurezza operando in modo autonomo nei diversi contesti disciplinari Comprende e affronta le attività con responsabilità e collaborazione | Collabora e partecipa alla vita di gruppo, rispettando le regole e comprendendo ed analizzando i diversi punti di vista delle persone |

5.2 – Strumenti di verifica

- X Prove pratiche (motorie)
- X Brevi interrogazioni orali non programmate
- X Esercitazioni di gruppo (prove di verifica di laboratorio)
- X Prove strutturate (test) e prove cronometrate
- X Osservazione sistematica
 - Prove semi-strutturate (vero/falso, completamento, a risposta aperta, a risposta multipla)
 - Questionari
 - Prove autentiche
 - Prova esperta

6. Connessioni multi/pluri/interdisciplinari

Raccordi con le tutte le materie tenendo conto del contesto in cui si inserisce l'attività e, percorsi didattici strutturati in U.d.A. per la progettazione di un percorso multidisciplinare calibrato sui bisogni formativi dei discenti. Nello specifico, sulla scorta di quanto concordato all'interno del Consiglio di Classe, si svilupperà una UDA multidisciplinare.

7. Attività di recupero e di sostegno

Le attività di recupero e sostegno si attueranno durante le ore curriculari sia a piccoli gruppi eterogenei che individualmente. Dove necessario sarà messa in atto una didattica personalizzata.

8. Rapporti con le famiglie

Un'ora di ricevimento settimanale in orario curricolare su appuntamento, a cui si aggiungeranno gli incontri periodici generali.

9. Attività o progetti connessi alla programmazione didattica

Giochi sportivi studenteschi; Memorial "Teresa Grimaldi" in collaborazione con altre scuole del territorio.