

PROGRAMMAZIONE della DISCIPLINA
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
della CLASSE 3[^] SEZ. C
CORSO MAT

ANNO SCOLASTICO 2023/24



Il Docente

De Filippo Francesca

1 SITUAZIONE INIZIALE DELLA CLASSE

1.1 Esito delle prove parallele di ingresso per competenze – Asse scientifico-tecnologico

| LIVELLI DI COMPETENZA | | | | | | | |
|-----------------------|---|------|---|------------|---|----------|---|
| AREA CRITICA | | BASE | | INTERMEDIO | | AVANZATO | |
| TOT | % | TOT | % | TOT | % | TOT | % |
| | | | | | | | |

1.2 Esiti di eventuali prove e valutazioni relative alla sola disciplina

1.3 Eventuali attività per il recupero dei prerequisiti relativi alla disciplina

2 RACCORDO CON LE UDA PROPOSTE DAL CONSIGLIO DI CLASSE

| Unità di Apprendimento | Contributo della Disciplina | Altre Discipline che partecipano alla UdA |
|---|---|---|
| Disuguaglianza | Lo sport come mezzo di inclusione | |
| Il benessere: dinamiche socio-culturali | Salute e benessere I disturbi alimentari | |

3 UNITÀ FORMATIVE DELLA DISCIPLINA

| | | |
|---|---|---|
| NUCLEI FONDANTI | Corpo, sua espressività e capacità condizionali La percezione sensoriale, movimento, spaziotempo e capacità coordinative Gioco, gioco-sport e sport Sicurezza e salute Sport e ambiente naturale e tecnologico | |
| Denominazione dell'Unità Formativa Disciplinare | | |
| UNITA' FORMATIVA 1 Accrescere la padronanza di sé | | |
| COMPETENZE Saper coordinare azioni efficaci in situazioni complicate | | |
| CONOSCENZE | | ABILITÀ/CAPACITÀ |
| Conoscenza degli apparati e sistemi del corpo umano Relazione tra scienze motorie e fisiologia, fisica e scienze | | Miglioramento delle proprie capacità motorie e coordinative |
| METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE | Metodi specifici di Scienze motorie: globale, analitico, misto, di gruppo e individualizzato. In linea generale si cercherà di presentare gli argomenti facilitando la comprensione con dimostrazioni e guidando i tentativi e le correzioni con incoraggiamenti. Ogni attività sarà dosata nel tempo e nell'intensità in maniera idonea e alternandola all'esercizio finalizzato. Inoltre, si cercherà di coinvolgere e stimolare un numero sempre maggiore di allievi alla pratica sportiva, organizzando partite e tornei interni (anche al gruppo-classe) affidando agli allievi eventualmente esonerati o con problemi occasionali, compiti di giuria, organizzazione e arbitraggio. | |
| ATTIVITA' DI DIDATTICA LABORATORIALE | Verranno proposte situazioni di apprendimento che favoriscono il miglioramento delle funzioni cardio-respiratorie, della mobilità articolare e tonicità muscolare, delle capacità coordinative generali e speciali. Avvio alla pratica sportiva. | |
| AMBIENTI DI APPRENDIMENTO | In primis lo spazio organizzativo,vale a dire i luoghi fisici o virtuali, ma anche lo spazio culturale e mentale degli studenti. Inoltre, per la didattica inclusiva, sarà considerato lo spazio emotivo/affettivo. | |
| STRUMENTI, SUSSIDI E MATERIALI | Verranno utilizzati libro di testo, cronometri, piccoli attrezzi (palloni di pallavolo, pallacanestro, calcio) e i grandi attrezzi presenti in palestra. Verranno utilizzati la LIM ed eventuali dispositivi digitali. | |
| VALUTAZIONE | Si osserveranno sistematicamente gli allievi, il loro comportamento e i miglioramenti rispetto ai livelli di partenza. Le verifiche formative avverranno tramite lezioni dialogate, esercitazioni pratiche, brevi questionari di apprendimento. Le verifiche sommative si effettueranno tramite interrogazioni orali, prove pratiche, test, prove strutturate. la valutazione, dunque, sarà rappresentata dalla media delle verifiche disciplinari teorico/pratiche riguardanti le conoscenze, le abilità e le competenze acquisite ma terrà, altresì conto, dell'impegno, del comportamento, del rispetto delle regole, della partecipazione e dell'interesse mostrati da ogni allievo durante le lezioni. | |
| TEMPI | OTTOBRE- APRILE | |

| Denominazione dell'Unità Formativa Disciplinare | |
|--|---|
| <p style="text-align: center;">UNITA' FORMATIVA 2 Lo sport , le regole , fair play</p> | |
| <p style="text-align: center;">COMPETENZE</p> <p>Affinare le tecniche e le tattiche di almeno due degli sport programmati nei ruoli congeniali alle proprie attitudini</p> | |
| CONOSCENZE | ABILITÀ/CAPACITÀ |
| <p>Approfondimento delle conoscenze relative alle tecniche e tattiche degli sport di squadra e individuali</p> <p>L'aspetto educativo e sociale nello sport</p> <p>Sport come veicolo di valorizzazione delle diversità culturali, fisiche e sociali</p> | <p>Assumere ruoli all'interno del gruppo in relazione alle proprie capacità individuali</p> <p>Trasferire valori culturali, atteggiamenti personali e gli insegnamenti appresi in campo motorio in altre sfere della vita</p> <p>Trasferire e utilizzare i principi del fair-play</p> |
| <p>METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE</p> | <p>Metodi specifici di Scienze motorie: globale, analitico, misto, di gruppo e individualizzato .</p> <p>Lo studente, guidato dall'insegnante, praticherà gli sport individuali e di squadra applicando strategie efficaci per la risoluzione di un problema; si impegnerà negli sport individuali abituandosi al confronto e all'assunzione di responsabilità personali; collaborerà con i compagni all'interno del gruppo facendo emergere le proprie potenzialità.</p> <p>Inoltre, si cercherà di coinvolgere e stimolare un numero sempre maggiore di allievi alla pratica sportiva, organizzando partite e tornei interni (anche al gruppo-classe) affidando agli allievi eventualmente esonerati o con problemi occasionali, compiti di giuria, organizzazione e arbitraggio.</p> |
| <p>ATTIVITA' DI DIDATTICA LABORATORIALE</p> | <p>Verranno proposte situazioni di apprendimento che favoriscono il miglioramento delle funzioni cardio-respiratorie, della mobilità articolare e tonicità muscolare, delle capacità coordinative generali e speciali.</p> <p>Avvio alla pratica sportiva.</p> |
| <p>AMBIENTI DI APPRENDIMENTO</p> | <p>In primis lo spazio organizzativo, vale a dire i luoghi fisici o virtuali, ma anche lo spazio culturale e mentale degli studenti. Inoltre, per la didattica inclusiva, sarà considerato lo spazio emotivo/affettivo.</p> |
| <p>STRUMENTI, SUSSIDI E MATERIALI</p> | <p>Verranno utilizzati libro di testo, cronometri, piccoli attrezzi (palloni di pallavolo, pallacanestro, calcio, e i grandi attrezzi presenti in palestra e/o o nelle strutture sportive comunali.</p> <p>Verranno utilizzati la LIM ed eventuali dispositivi digitali</p> |
| <p>VALUTAZIONE</p> | <p>Si osserveranno sistematicamente gli allievi, il loro comportamento e i miglioramenti rispetto ai livelli di partenza. Le verifiche formative avverranno tramite lezioni dialogate, esercitazioni pratiche, brevi questionari di apprendimento.</p> <p>Le verifiche sommative si effettueranno tramite interrogazioni orali, prove pratiche, test, prove strutturate.</p> <p>la valutazione, dunque, sarà rappresentata dalla media delle verifiche disciplinari teorico/pratiche riguardanti le conoscenze, le abilità e le competenze acquisite ma terrà, altresì conto, dell'impegno, del comportamento, del rispetto delle regole, della partecipazione e dell'interesse mostrati da ogni allievo durante le lezioni.</p> |
| <p>TEMPI</p> | <p style="text-align: center;">OTTOBRE - APRILE</p> |

| Denominazione dell'Unità Formativa Disciplinare | |
|---|---|
| <p style="text-align: center;">UNITA' FORMATIVA 3 SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE</p> | |
| <p style="text-align: center;">COMPETENZE</p> <p>Saper applicare le regole dello star bene con un corretto stile di vita ed idonee prevenzioni Essere consapevoli dei danni alla salute di alcune sostanze nocive Saper rispettare i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri</p> | |
| CONOSCENZE | ABILITÀ/CAPACITÀ |
| <p>Conoscere i danni provocati da sostanze nocive: fumo, alcool, droghe , sostanze dopanti Conoscere il concetto di salute come mantenimento, con regole di vita corrette e prevenzione</p> | <p>Assumere comportamenti finalizzati al miglioramento della salute</p> |
| METODOLOGIA E STRATEGIE DIDATTICHE | <p>Metodi specifici di Scienze motorie: globale, analitico, misto, di gruppo e individualizzato.</p> <p>In linea generale si cercherà di presentare gli argomenti facilitando la comprensione con dimostrazioni e guidando i tentativi e le correzioni con incoraggiamenti. Ogni attività sarà dosata nel tempo e nell'intensità in maniera idonea e alternandola al gioco finalizzato.</p> <p>Inoltre, si cercherà di coinvolgere e stimolare un numero sempre maggiore di allievi alla pratica sportiva, organizzando partite e tornei interni (anche al gruppo-classe) affidando agli allievi eventualmente esonerati o con problemi occasionali, compiti di giuria, organizzazione e arbitraggio.</p> |
| ATTIVITA' DI DIDATTICA LABORATORIALE | <p>Verranno proposte situazioni di apprendimento che favoriscono il miglioramento delle funzioni cardio-respiratorie, della mobilità articolare e tonicità muscolare, delle capacità coordinative generali e speciali.</p> <p>Avvio alla pratica sportiva.</p> |
| AMBIENTI DI APPRENDIMENTO | <p>In primis lo spazio organizzativo,vale a dire i luoghi fisici o virtuali, ma anche lo spazio culturale e mentale degli studenti. Inoltre, per la didattica inclusiva, sarà considerato lo spazio emotivo/affettivo.</p> |
| STRUMENTI, SUSSIDI E MATERIALI | <p>Verranno utilizzati libro di testo, cronometri, piccoli attrezzi (palloni di pallavolo, pallacanestro, calcio, e i grandi attrezzi presenti in palestra, palestra e/o nelle strutture sportive comunali.</p> <p>Verranno utilizzati la LIM ed eventuali dispositivi digitali</p> |
| VALUTAZIONE | <p>Si osserveranno sistematicamente gli allievi, il loro comportamento e i miglioramenti rispetto ai livelli di partenza. Le verifiche formative avverranno tramite:lezioni dialogate,esercitazioni pratiche,brevi questionari di apprendimento Le verifiche sommative si effettueranno tramite:interrogazioni orali,prove pratiche,test,prove strutturate. Pertanto la valutazione sarà rappresentata dalla media delle verifiche disciplinari teorico/pratiche riguardanti le conoscenze,le abilità e le competenze acquisite,ma terrà altresì conto dell'impegno,del comportamento, del rispetto delle regole, della partecipazione e dell'interesse mostrati da ogni allievo durante le lezioni.</p> |
| TEMPI | OTTOBRE-MARZO |

| Denominazione dell'Unità Formativa Disciplinare | |
|--|---|
| UNITA' FORMATIVA 4: Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico | |
| COMPETENZE | |
| <p>Sapersi orientare con bussole carte e mappe.</p> <p>Essere capaci di applicare comportamenti ecologici nel rispetto della natura.</p> <p>Sapere come equipaggiarsi ed abbigliarsi prima di un'escursione in ambiente naturale.</p> | |
| CONOSCENZE | ABILITÀ/CAPACITÀ |
| <p>Le attività in ambiente naturale e le loro caratteristiche</p> <p>Le norme di sicurezza nei vari ambienti e condizioni in montagna, nell'acqua ecc</p> <p>Le caratteristiche delle attrezzature necessarie per praticare l'attività sportiva</p> <p>Strumenti tecnologici di supporto all'attività (cardiofrequenzimetro, GPS, tablet e smartphone)</p> <p>I pericoli che nasconde l'ambiente naturale.</p> <p>Orienteering Trekking.</p> | <p>Sapersi orientare</p> <p>Adeguate abbigliamento e attrezzature alle diverse attività e condizioni meteo</p> <p>Muoversi in sicurezza in diversi ambienti</p> <p>Saper intervenire in caso di infortunio</p> <p>Utilizzare appropriatamente gli strumenti tecnologici</p> |
| METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE | <p>Metodi specifici di Scienze motorie: globale, analitico, misto, di gruppo e individualizzato.</p> <p>In linea generale si cercherà di presentare gli argomenti facilitando la comprensione con dimostrazioni e guidando i tentativi e le correzioni con incoraggiamenti. Ogni attività sarà dosata nel tempo e nell'intensità in maniera idonea e alternandola al gioco finalizzato.</p> <p>Inoltre, si cercherà di coinvolgere e stimolare un numero sempre maggiore di allievi alla pratica sportiva, organizzando partite e tornei interni (anche al gruppo-classe) affidando agli allievi eventualmente esonerati o con problemi occasionali, compiti di giuria, organizzazione e arbitraggio.</p> |
| ATTIVITÀ DI DIDATTICA LABORATORIALE | <p>Verranno proposte situazioni di apprendimento che favoriscono il miglioramento delle funzioni cardio-respiratorie, della mobilità articolare e tonicità muscolare, delle capacità coordinative generali e speciali.</p> <p>Avvio alla pratica sportiva.</p> |
| AMBIENTI DI APPRENDIMENTO | <p>In primis lo spazio organizzativo, vale a dire i luoghi fisici o virtuali, ma anche lo spazio culturale e mentale degli studenti. Inoltre, per la didattica inclusiva, sarà considerato lo spazio emotivo/affettivo.</p> |
| STRUMENTI, SUSSIDI E MATERIALI | <p>Verranno utilizzati libro di testo, cronometri, piccoli attrezzi (palloni di pallavolo, pallacanestro, calcio, e i grandi attrezzi presenti in palestra, palestra e/o nelle strutture sportive comunali.</p> <p>Verranno utilizzati la LIM ed eventuali dispositivi digitali</p> |
| VALUTAZIONE | <p>Si osserveranno sistematicamente gli allievi, il loro comportamento e i miglioramenti rispetto ai livelli di partenza. Le verifiche formative avverranno tramite: lezioni dialogate, esercitazioni pratiche, brevi questionari di apprendimento. Le verifiche sommative si effettueranno tramite: interrogazioni orali, prove pratiche, test, prove strutturate. Pertanto la valutazione sarà rappresentata dalla media delle verifiche disciplinari teorico/pratiche riguardanti le conoscenze, le abilità e le competenze acquisite, ma terrà altresì conto dell'impegno, del comportamento, del rispetto delle regole, della partecipazione e dell'interesse mostrati da ogni allievo durante le lezioni.</p> |
| TEMPI | OTTOBRE-MARZO |

Il docente utilizzerà metodologie che prevedono l'uso di dispositivi elettronici (PC, Tablet, Smartphone) da parte degli studenti



Trebisacce 03/10/2023

Il Docente

Francesca De Filippo