

**PROGRAMMAZIONE della DISCIPLINA**  
**SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**  
**della CLASSE 1<sup>^</sup> 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		Totale alunni
TOT	%	TOT	%	TOT	%	TOT	%	17
8	80	2	20	0		0		

### 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
1° Quadrimestre. Insieme per il bene comune	Benessere e Sport. Attivazione di comportamenti responsabili nel rispetto dell'ambiente naturale.	Scienze integrate (chimica) Scienze integrate (biologia) Fisica
2° Quadrimestre. Innovazioni tecnologiche	Tecnologie nei vari sport	Scienze integrate (chimica) Scienze integrate (biologia) Fisica

### 3 UNITÀ FORMATIVE DELLA DISCIPLINA

<b>NUCLEI FONDANTI</b>	Corpo, sua espressività e capacità condizionali La percezione sensoriale, movimento, spazio-tempo e capacità coordinative Gioco, gioco-sport e sport Sicurezza e salute Sport e ambiente
----------------------------	--

<b>Denominazione dell'Unità Formativa Disciplinare</b>	
<b>UNITÀ FORMATIVA 1</b> <b>PERCEZIONE DI SE' E COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO DELLE QUALITÀ MOTORIE DI BASE ED ESPRESSIVE.</b>	
<b>COMPETENZE</b> Conoscenza del proprio corpo e delle sue modificazioni. Coordinazione (schemi motori, equilibrio, orientamento spazio/tempo). Saper percepire e interpretare le sensazioni relative al proprio corpo.	
<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITÀ/CAPACITÀ</b>
Conoscere i benefici indotti dal miglioramento delle capacità fisiche. Conoscenza, padronanza e rispetto del corpo. Apparato muscolo-scheletrico. Conoscenza degli equilibri posturali. Paramorfismi e dimorfismi.	Sviluppo delle capacità coordinative e condizionali, delle funzioni articolare, cardio-respiratoria e circolatoria.
<b>METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE</b>	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.
<b>ATTIVITÀ DI DIDATTICA LABORATORIALE</b>	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.
<b>AMBIENTI DI APPRENDIMENTO</b>	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.
<b>STRUMENTI, SUSSIDI E MATERIALI</b>	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.
<b>VALUTAZIONE</b>	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.
<b>TEMPI</b>	<b>OTTOBRE- APRILE</b>

<b>Denominazione dell'Unità Formativa Disciplinare</b>	
<p style="text-align: center;"><b>UNITA' FORMATIVA 2</b> <b>LO SPORT E LE REGOLE DEL FAIR PLAY</b></p>	
<p style="text-align: center;"><b>COMPETENZE</b></p> <p>Saper eseguire, seppur in modo approssimativo, almeno uno sport di squadra ed uno individuale. Saper comunicare e rispettare le regole comportamentali.</p>	
<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITÀ/CAPACITÀ</b>
<p><b>Storia dei Giochi Olimpici</b> Conoscenza della tecnica delle attività sportive individuali, dell' Atletica leggera, del Tennistavolo, della Pallacanestro, della Pallavolo, del Calcio e del Calciotto. Conoscenza delle principali regole degli sport praticati e relativa terminologia</p>	<p>Eseguire e controllare i fondamentali individuali di base degli sport. Collaborare attivamente nel gruppo per raggiungere un risultato comune. Rispettare gli altri nello spirito di collaborazione: il Fair-play. Organizzazione di attività ed arbitraggio degli sport praticati.</p>
<b>METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE</b>	<p>Metodi specifici di Scienze motorie: globale, analitico, misto, di gruppo e individualizzato . 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. 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>
<b>ATTIVITA' DI DIDATTICA LABORATORIALE</b>	<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. Avvio alla pratica sportiva.</p>
<b>AMBIENTI DI APPRENDIMENTO</b>	<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>
<b>STRUMENTI, SUSSIDI E MATERIALI</b>	<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. Verranno utilizzati la LIM ed eventuali dispositivi digitali</p>
<b>VALUTAZIONE</b>	<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. la valutazione, dunque, sarà rappresentata dalla media delle verifiche</p>

	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.
<b>TEMPI</b>	<b>OTTOBRE – APRILE</b>

<b>Denominazione dell'Unità Formativa Disciplinare</b>	
<p style="text-align: center;"><b>UNITA' FORMATIVA 3</b>  <b>SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE</b></p>	
<p style="text-align: center;"><b>COMPETENZE</b></p> <p>Saper seguire una sana e corretta alimentazione, saper essere responsabile della sicurezza personale negli ambienti scolastici e negli spazi esterni.</p>	
<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITÀ/CAPACITÀ</b>
<p>Informazioni sui principi fondamentali di prevenzione ed attuazione della sicurezza personale in palestra, a scuola, e negli spazi aperti.</p> <p>Norme igieniche nei vari ambienti.</p> <p>Benessere e Sport.</p> <p>Principali norme per una corretta alimentazione.</p> <p>Elementi di educazione alimentare. L'importanza della prima colazione. L'importanza dell'idratazione. Il cibo-spazzatura.</p>	<p>Utilizzare responsabilmente mezzi e strumenti idonei a praticare l'attività motoria.</p> <p>Rispettare le norme di sicurezza nelle diverse attività motorie.</p> <p>Rispettare i tempi di esecuzione di tutti i compagni.</p> <p>Assumere e mantenere posizioni fisiologicamente corrette.</p> <p>Adottare comportamenti alimentari corretti</p>
<b>METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE</b>	<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>
<b>ATTIVITA' DI DIDATTICA LABORATORIALE</b>	<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>
<b>AMBIENTI DI APPRENDIMENTO</b>	<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>
<b>STRUMENTI, SUSSIDI E MATERIALI</b>	<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	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.	
TEMPI	OTTOBRE-MARZO	
Denominazione dell'Unità Formativa Disciplinare		
UNITA' FORMATIVA 4 IL MOVIMENTO E L SUA RELAZIONE CON L'AMBIENTE NATURALE		
COMPETENZE		
Saper riconoscere i benefici dell'attività motoria in ambiente naturale		
CONOSCENZE		ABILITÀ/CAPACITÀ
Comportamenti ECO. Conoscere i principali sport praticati in ambiente naturale e le relative norme di sicurezza. Orientamento in contesti diversificati. Corsa di orientamento.		Attivazione di comportamenti responsabili nel rispetto dell'ambiente naturale. Sapersi orientare. Adeguare abbigliamento e attrezzatura alle diverse attività e alle condizioni meteo.
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 al gioco 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 o arbitraggio. Se possibile si organizzeranno uscite didattiche.	
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	Strumenti: Verranno utilizzati cronometro, cordella metrica, ecc. nei rilevamenti dei test; piccoli attrezzi (palloni di pallavolo, pallacanestro, calcio, pallamano e i grandi attrezzi presenti in palestra, inoltre gli spazi disponibili come: Campi Sportivi. Verranno utilizzati la LIM ed eventuali strumenti per la riproduzione musicale.	
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, della partecipazione e dell'interesse mostrati da ogni allievo durante le lezioni.
<b>TEMPI</b>	<b>OTTOBRE-MARZO</b>

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*