

SCHEDA DI PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE

a.s 2019/20

DISCIPLINA scienze motorie e sportive

PREMESSA GENERALE

L'insegnamento delle scienze motorie e sportive, nella peculiarità delle sue manifestazioni, dei suoi linguaggi e delle sue tecniche, rientra nel contesto dell'azione educativa e formativa delle scuole secondarie di secondo grado,

fornendo un particolare contributo alla crescita della persona e del cittadino, fortificandolo nel carattere e nel fisico. Tale insegnamento mira ai seguenti traguardi formativi: la coscienza della *corporeità*; l'ordinato *dinamismo psico-motorio* nel quadro del pieno sviluppo della personalità anche in riferimento al progetto futuro di vita; la valorizzazione di un ambito privilegiato di esperienze formative di *vita di gruppo e di partecipazione sociale*.

Al termine del percorso formativo, quindi, lo studente dovrà maturare una coscienza della propria corporeità intesa come conoscenza, padronanza, accettazione e rispetto del proprio corpo; dovrà maturare un atteggiamento positivo verso uno stile di vita sano e attivo; dovrà acquisire una buona preparazione motoria e consolidare i valori sociali dello sport e della vita attiva; dovrà apprezzare implicazioni e benefici derivanti dalla pratica di varie attività fisiche sia individuali sia di squadra svolte nei diversi ambienti, con particolare riferimento a quello naturale.

PROFILO IN USCITA A CONCLUSIONE DEL PERCORSO QUINQUENNALE, IN TERMINI DI ABILITA' E COMPETENZE

Si propone una tabella, unitaria rispetto a tutto il percorso, relativa alle abilità e conoscenze mobilitate dall'allievo nell'ambito dell'educazione motoria e sportiva, in riferimento alla competenza: adottare, attraverso l'alimentazione e l'attività motoria, anche di carattere sportivo, stili di vita improntati al benessere psico-fisico.

2. Competenze di cittadinanza e costituzione

Gli insegnanti svolgono attività che contribuiscono a formare nello studente le competenze chiave di cittadinanza:

1. Imparare ad imparare
2. Progettare



3. Comunicare
4. Collaborare e partecipare
5. Agire in modo autonomo e responsabile
6. Risolvere problemi
7. Individuare collegamenti e relazioni
8. Acquisire e interpretare l'informazione

3. Obiettivi e percorsi didattici

TEMPI	Competenze	Conoscenze	Abilità	Metodologie	U.D.A. e discipline concorrenti
INTERNO ANNO SCOLASTICO	<i>Adottare, attraverso l'alimentazione e l'attività motoria, anche di carattere sportivo, stili di vita improntati al benessere psico-fisico.</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Il corpo umano e la sua funzionalità. - Le sue capacità coordinative, condizionali ed espressive. - Gli schemi motori connessi alle attività sportive. - Le caratteristiche dei messaggi non verbali corporei. - Alcuni elementi di medicina sportiva. - Le norme sanitarie e alimentari indispensabili per il mantenimento del proprio benessere. 	<p>Al termine del percorso di studi, lo studente è in grado di: <i>(quanto alla gestione dell'allenamento sportivo e all'adozione di uno stile di vita sano e regolare)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - rispettare un impegno preso e la puntualità negli allenamenti; - autogestire fasi di preparazione sportiva seguendo una tabella di allenamento; - analizzare nel dettaglio la prestazione (gesto 	<p>La condotta d'azione dell'insegnante, nella definizione di un piano formativo concreto e nella sua scansione nel tempo, deve necessariamente tenere conto delle diverse situazioni, in relazione ai problemi specifici dei gruppi classe, dei singoli studenti e in relazione alla graduale evoluzione delle motivazioni nell'arco del percorso di studio.</p>	



		<ul style="list-style-type: none"> - La differenza tra capacità e prestazioni, variazioni fisiologiche indotte dalla pratica motoria e sportiva. - Alcune metodiche di allenamento. - I principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra, a casa e negli spazi aperti. - I principi igienici e scientifici essenziali per mantenere il proprio stato di salute e migliorare l'efficienza fisica. - Gli effetti benefici dei percorsi di preparazione fisica e gli effetti dannosi dei prodotti farmacologici tesi 	<p>atletico) ai fini di un miglioramento;</p> <ul style="list-style-type: none"> - partecipare proficuamente ad aggiornamenti o a raduni sportivi di approfondimento; - rispettare un regime alimentare adeguato alla disciplina sportiva; - utilizzare tecniche di respirazione e di rilassamento; - sottoporsi con regolarità a controlli medici. <p>Gestione del momento-gara</p> <ul style="list-style-type: none"> - rispettare l'avversario e le regole della disciplina sportiva; - mantenere la concentrazione e la determinazione nel perseguire un obiettivo; - applicare strategie e 	<p>Ogni studente, quale che sia la sua condizione, anche diversamente abile, deve essere messo in condizione di partecipare alla vita del gruppo tramite occasioni di inserimento il più attive possibile. Le attività saranno articolate in un progetto predisposto annualmente dall'insegnante, coordinato nell'ambito delle competenze del consiglio di classe. Nella prassi dell'azione educativa le esercitazioni connesse vanno combinate logicamente nel modo più opportuno, in</p>	
--	--	---	---	--	--



		<p>esclusivamente al risultato immediato.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Alcune pratiche motorie e sportive realizzate in ambiente naturale e le relative regole. - I principi di orientamento nella natura. - Gli sport individuali e di squadra: fondamentali, regole ed organizzazione. - Gli aspetti culturali e tecnico-tattici delle discipline sportive. - I diversi ruoli e le relative responsabilità, sia nell'arbitraggio che in compiti di giuria. - Le responsabilità nell'azione sportiva. - La prevenzione degli infortuni 	<p>tecniche adeguate al contesto;</p> <ul style="list-style-type: none"> - resistere alla fatica e allo stress, mantenere l'autocontrollo in situazioni di tensione. 	<p>modo che la successione degli sforzi e di carichi risponda alle corrette leggi fisiologiche curando che ciascuna lezione abbia come protagonista l'alunno con le sue esigenze psicofisiche e comprenda anche attività particolarmente gradite agli alunni, esercizi sportivi, giochi di gruppo, ecc., tutte finalizzate al raggiungimento dei risultati di apprendimento prescelti.</p>	
--	--	--	---	--	--



		<p>nelle diverse attività, nel rispetto della propria e dell'altrui incolumità.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gli interventi di primo soccorso. - Alcune strategie efficaci per la risoluzione di situazioni problematiche. - Gli elementi fondamentali dell'etica dello sport: rispetto delle regole e autentico <i>fair play</i>. 			
--	--	---	--	--	--

4. Competenze di cittadinanza e costituzione

Per il conseguimento delle competenze di cittadinanza saranno attivate le seguenti strategie:
programmazione interdisciplinare per alcune attività

valorizzazione della componente sociale dell'apprendere (la classe come comunità educativa di apprendimento, di scambio e di ricerca)

riconoscimento e valorizzazione di comportamenti e atteggiamenti coerenti con le competenze sociali di cittadinanza (anche ai fini della valutazione del comportamento)

potenziamento di didattiche centrate sull'azione: lezione partecipata, laborialità, coinvolgimento, sviluppo di compiti, di progetti, ecc

5. Progetti del PTOF integrabili nel percorso:

SPORT A SCUOLA - referente prof. Argentieri Raffaele

6. Comportamenti condivisi dei docenti

Test motori comuni a tutte le classi:

salto in lungo da fermo (forza)

1000 mt (resistenza)

Barby-test (velocità)

30" funicella (coordinazione)

Argomenti teorici comuni a tutte le classi:

conoscenza di base dell'apparato scheletrico-muscolare (classi prime)

il problema delle dipendenze: alcool, droghe, fumo (classi

seconde) principi per una corretta alimentazione (classi terze)

principi dell'allenamento sportivo (classi quarte)

pronto soccorso: massaggio cardiaco (classi quinte)

7. Valutazione

7.1. Valutazione di conoscenze e abilità

- Osservazione ed analisi per stabilire il reale livello psicomotorio di ciascun alunno e proporre situazioni educative personalizzate.
- Valutazione della partecipazione e dell'impegno durante le lezioni.

7.2. Tipologie delle verifiche

- Esecuzioni di test per verificare scioltezza articolare, forza, potenza, agilità e resistenza.
- Brevi interrogazioni orali e/o verifiche scritte.

La valutazione è effettuata in base alla griglia di misurazione approvata dal Collegio Docenti

7.3 Valutazione per competenze trasversali

Sono concordate forme di valutazione per competenze e autovalutazione, utilizzando apposite rubriche approvate dal Collegio Docenti. Attraverso l'osservazione degli studenti durante lo svolgimento di attività didattiche in cui essi sono chiamati ad agire (lavori di gruppo, realizzazione di prodotti, presentazione di lavori realizzati nell'ambito di un modulo interdisciplinare...), i docenti esprimono una valutazione dei comportamenti messi in atto per svolgere il proprio compito, delle capacità relazionali, del grado di autonomia e sulla responsabilità nel portare a termine un compito. Il Collegio stabilisce inoltre il peso da assegnare a tali forme di valutazione.

Si riporta qui di seguito la GRIGLIA DI VALUTAZIONE DEGLI OBIETTIVI TRASVERSALI tratta dal P.T.O.F.:

GRIGLIA DI VALUTAZIONE DEGLI OBIETTIVI TRASVERSALI

COMPETENZE TRASVERSALI (di cittadinanza)	INDICATORI	DESCRITTORI	
imparare ad imparare	conoscenza di sé	-conosce se stesso e i propri punti deboli -li sa gestire	
	utilizzo di strumenti e informazioni	ricerca in modo autonomo fonti e informazioni	
	metodo di studio		è puntuale -nell'eseguire i compiti assegnati -nella riconsegna della documentazione scolastica
			utilizza in modo proficuo il proprio tempo a disposizione
			organizza il proprio impegno settimanale
			utilizza un metodo di studio -efficace -personale
progettare	utilizzo delle conoscenze apprese per la risoluzione di un problema	usa correttamente -il libro di testo -il materiale tratto da diverse fonti	
	organizzazione del materiale per la risoluzione di un problema	-decodifica- -produce schemi, tabelle, grafici	
		confronta parti diverse -dello stesso testo	

		-di testi diversi
comunicare	comprensione dei diversi linguaggi	comprende diversi tipi di testi
		comprende codici e registri diversi
		comprende il linguaggio specifico di ogni disciplina
	utilizzo dei diversi linguaggi	usa un registro adeguato alla situazione comunicativa
collaborare e partecipare	interazione con gli altri	rispetta -i regolamenti - gli orari di entrata, giustifica assenze, ritardi, uscite anticipate
		-aiuta i compagni, -accetta di essere aiutato
		interagisce in modo corretto con il personale della scuola
	lavoro in gruppo	porta a termine il compito assegnatogli -rispetta i tempi
		rispetta le regole che il gruppo si è dato
		partecipa al lavoro di gruppo -proponendo -collaborando
	disponibilità al dialogo	interviene in classe per esprimere il proprio pensiero
		ascolta con disponibilità -coglie gli aspetti positivi nell' altro
	flessibilità	discute serenamente -è disposto ad accettare idee diverse dalle proprie
		non si blocca davanti a situazioni nuove
		accetta critiche ed ammette i propri errori
	agire in modo autonomo e responsabile	autonomia nella scuola
risoluzione dei problemi		riconosce la natura del problema
		scomponi in sotto-problemi.
		formula ipotesi di soluzione -applica regole e procedure risolutive
autonomia di lavoro		prende appunti cogliendo l'idea centrale, -conserva lo schema logico del discorso
		rielabora gli appunti, -li decodifica

		-ne ricostruisce i punti nodali -li integra con le informazioni desunte dai manuali
	individuazione di collegamenti e relazioni	effettua scelte
acquisire e interpretare le informazioni	valutare i risultati	valuta il risultato ottenuto
		riferisce i risultati

Pavia 12/10/2019

**Il coordinatore disciplinare
Prof. Raffaele Argentieri**