

PROGRAMMAZIONE DIPARTIMENTO DI Scienze Motorie e sportive	Materia
	Scienze motorie e sportive

COORDINATORE	Prof. Salvatore Caria
--------------	-----------------------

1) COMPETENZE CHIAVE DI CITTADINANZA

Imparare ad imparare

- a) Organizzare la propria attività fisica al di fuori dell'ambito scolastico
- b) Individuare, scegliere ed utilizzare le informazioni, per il mantenimento della salute psicofisica

Progettare

- a) Elaborare e realizzare progetti riguardanti lo sviluppo delle proprie capacità motorie.
- b) Utilizzare le conoscenze teoriche e pratiche apprese per stabilire obiettivi significativi in materia di salute dinamica

Comunicare

- a) Comprendere messaggi di genere diverso (quotidiano, letterario, tecnico, scientifico, corporeo)
- b) Utilizzare linguaggi diversi (verbale, non verbale, scientifico, simbolico)

Collaborare e partecipare

- a) Interagire in un gruppo e in una squadra
- b) Comprendere i diversi punti di vista e le diverse strategie
- c) Valorizzare le proprie e le altrui capacità, gestendo la conflittualità
- d) Contribuire all'apprendimento comune e al raggiungimento degli obiettivi condivisi, nel riconoscimento dei diritti fondamentali degli altri e nel rispetto degli avversari.

Agire in modo autonomo e consapevole

- a) Sapersi inserire in modo attivo e consapevole in un gruppo/squadra e nella vita sociale
- b) Far valere all'interno del gruppo/squadra e nella vita sociale i propri diritti e bisogni
- c) Riconoscere e rispettare i diritti e i bisogni altrui, le opportunità comuni
- d) Riconoscere e rispettare limiti, regole e responsabilità

Risolvere problemi

- a) Affrontare situazioni motorie complesse, individuali e di squadra
- b) Raccogliere e valutare i dati per migliorare le prestazioni individuali e di squadra
- c) Proporre soluzioni utilizzando le conoscenze acquisite e le capacità motorie maturate

Individuare collegamenti e relazioni

- a) Individuare collegamenti e relazioni tra fenomeni, eventi e concetti diversi, anche appartenenti a diversi ambiti disciplinari e lontani nello spazio e nel tempo
- b) Riconoscere la natura sistemica, analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause ed effetti anche all'interno di un'attività motoria individuale e di squadra
- c) Rappresentarli con metodologie adeguate e utilizzabili

Acquisire e interpretare l'informazione

- a) Acquisire l'informazione ricevuta dai diversi canali informativi (esterocettori, propriocettori, descrizioni fatte da altri, foto e filmati)
- b) Interpretarla criticamente valutandone l'utilità in funzione miglioramento personale e del gruppo/squadra

2) RISULTATI DI APPRENDIMENTO COMUNI A TUTTI I PERCORSI DI STUDIO

A conclusione dei percorsi didattici gli studenti dovranno:

1. Area metodologica

- Aver acquisito un metodo di studio autonomo e flessibile, che consenta di condurre ricerche e approfondimenti personali e di continuare in modo efficace i successivi studi superiori, naturale prosecuzione dei percorsi liceali, e di potersi aggiornare lungo l'intero arco della propria vita.
- Essere consapevoli della diversità dei metodi utilizzati dai vari ambiti disciplinari ed essere in grado valutare i criteri di affidabilità dei risultati in essi raggiunti.
- Saper compiere le necessarie interconnessioni tra i metodi e i contenuti delle singole discipline.

2. Area logico-argomentativa

- Saper sostenere una propria tesi e saper ascoltare e valutare criticamente le argomentazioni altrui.
- Acquisire l'abitudine a ragionare con rigore logico, ad identificare i problemi e a individuare possibili soluzioni.
- Essere in grado di leggere e interpretare criticamente i contenuti delle diverse forme di comunicazione.

3) OBIETTIVI COGNITIVO – FORMATIVI**

*Gli obiettivi sono declinati per singola annualità prima e seconda, riferiti all'asse culturale di riferimento (dei linguaggi, matematico, scientifico-tecnologico, storico-sociale) e articolati in Competenze, Abilità/Capacità, Conoscenze**, come previsto dalla normativa sul nuovo obbligo di istruzione (L. 296/2007) e richiesto dalla certificazione delle competenze di base. I singoli moduli/unità di apprendimento sono allegati alla presente programmazione.*

OBIETTIVI CLASSE PRIMA

MATERIA: Scienze motorie e sportive

*Il Dipartimento stabilisce i seguenti **obiettivi** obbligatori in termini di conoscenze, abilità e competenze per le singole classi prime.*

	Competenze	Conoscenze	Abilità
CLASSE PRIMA	Percezione del proprio corpo e decodificazione sensoriale.	<ul style="list-style-type: none">• Riconoscere le potenzialità del proprio corpo, le posture e le funzione fisiologiche scheletriche e muscolari.• Riconoscere un ritmo nelle azioni.	<ul style="list-style-type: none">• Elaborare risposte motorie.• Assumere posture adeguate alle situazioni motorie.• Saper eseguire progressioni motorie (con e senza attrezzi).• Distinguere differenze ritmiche.
	Sicurezza, prevenzione, primo soccorso.	<ul style="list-style-type: none">• Conoscere i principi fondamentali della sicurezza stradale, in palestra, a scuola e negli spazi aperti.• Conoscere alcuni elementi del primo soccorso.	<ul style="list-style-type: none">• Assumere comportamenti idonei alla propria sicurezza in palestra, a scuola, negli spazi aperti, in strada.• Applicare alcuni elementi del primo soccorso.

Conoscenze/Contenuti irrinunciabili

- a) Assi e piani corporei fondamentali: movimenti intorno e su di essi.
- b) Nomenclatura delle principali posture e atteggiamenti corporei
- c) Nomenclatura e utilizzo dei piccoli attrezzi
- d) Apparato scheletrico: nomenclatura delle parti
- e) Apparato muscolare: nomenclatura delle parti
- f) Elementi di educazione stradale e primo soccorso.

OBIETTIVI CLASSE SECONDA

MATERIA: Scienze motorie e sportive

Il Dipartimento stabilisce i seguenti **obiettivi** obbligatori in termini di conoscenze, abilità e competenze per le singole classi seconde.

	Competenze	Conoscenze	Abilità
CLASSE SECONDA	Padronanza del proprio corpo e percezione sensoriale.	<ul style="list-style-type: none">• Conoscere le potenzialità del movimento del corpo, le posture corrette e le funzioni fisiologiche scheletriche, articolari e muscolari.• Riconoscere il ritmo delle azioni.	<ul style="list-style-type: none">• Elaborare risposte motorie efficaci e personali in situazioni complesse.• Assumere posture corrette in situazioni motorie diversificate.• Organizzare progressioni motorie (con e senza attrezzi).•Cogliere le differenze ritmiche dell'azione motoria.
	Sicurezza, prevenzione, primo soccorso e salute (corretti stili di vita)	<ul style="list-style-type: none">• Conoscere i principi fondamentali di prevenzione e attuazione della sicurezza stradale, personale in palestra, a scuola e negli spazi aperti.• Conoscere gli elementi fondamentali della traumatologia e del primo soccorso.	<ul style="list-style-type: none">• Assumere e far assumere comportamenti funzionali alla sicurezza in palestra, a scuola, negli spazi aperti, in strada.• Applicare gli elementi fondamentali del primo soccorso.

Conoscenze/Contenuti irrinunciabili

- a) Apparato scheletrico: nomenclatura delle parti, funzione, elementi di fisiologia articolare.
- b) Apparato muscolare: nomenclatura delle parti, funzione, elementi di fisiologia muscolare.
- c) Descrizione di movimenti del corpo con linguaggio specifico
- d) Piccoli e grandi attrezzi: nomenclatura, utilizzi propri ed impropri
- e) Elementi di educazione stradale, traumatologia e pronto soccorso.

4) MODALITÀ SOMMINISTRAZIONE PROVE IN USCITA DEL BIENNIO

Il Dipartimento stabilisce le seguenti modalità per le prove in uscita al termine del biennio

Classe seconda	Tipologia di prova: Teorica con prova orale / strutturata o semi-strutturata: pratica scelta dall' insegnante
	Criteri di valutazione: conoscenze teoriche raggiunte, abilità motorie maturate nel biennio in relazione anche alla situazione di partenza, abilità espressive e di utilizzo delle proprie conoscenze teoriche/pratiche.

5) CONTENUTI DISCIPLINARI

Il Dipartimento, sulla base delle indicazioni nazionali, stabilisce i seguenti argomenti da sviluppare/trattare.

CLASSE PRIMA	
TEORIA	PRATICA
<ul style="list-style-type: none"> - piani e assi corporei; - apparato scheletrico (nomenclatura); - pronto soccorso, ed. stradale - app. muscolare (nomenclatura) 	<ul style="list-style-type: none"> - tecnica della corsa - potenziamento aerobico - corpo libero: progressione - articolari� generale - piccoli attrezzi: usi propri ed impropri; progressione - specialit� atletica - giochi sportivi

CLASSE SECONDA	
TEORIA	PRATICA
<ul style="list-style-type: none"> - apparato scheletrico: nomenclatura e fisiologia essenziale; le articolazioni. - apparato muscolare: nomenclatura e fisiologia essenziale; muscoli mono e bi articolari; modalit� di contrazione muscolare - ripasso pronto soccorso, ed. stradale, ed posturale (para-dismorfismi) 	<ul style="list-style-type: none"> - prove di assistenza diretta ai compagni - potenziamento aerobico - grandi attrezzi: usi propri ed impropri; progressione o circuito - specialit� atletica - giochi sportivi

6) LINEE METODOLOGICHE E STRATEGIE DIDATTICHE

Lezione frontale <i>(presentazione di contenuti e dimostrazioni logiche)</i>	Cooperative learning <i>(lavoro collettivo guidato o autonomo)</i>
Lezione interattiva <i>(discussioni sui libri o a tema, interrogazioni collettive)</i>	Problem solving <i>(definizione collettiva)</i>
Lezione multimediale <i>(utilizzo della LIM, di PPT, di audio video)</i>	Attivit� di laboratorio <i>(esperienza individuale o di gruppo)</i>
Lezione / applicazione	Esercitazioni pratiche
Letture e analisi diretta dei testi	

7) MEZZI, STRUMENTI, SPAZI

Libri di testo	Registratore	Ambiente naturale
Altri libri	Lettore DVD	Mostre
Dispense, schemi, slide	Computer	Visite guidate
Dettatura di appunti	Laboratorio di settore (palestra)	Stage
Videoproiettore/LIM	Biblioteca	Strutture sportive esterne

8) TIPOLOGIA DI VERIFICHE

TIPOLOGIA			
	Relazione		Interrogazione
	Test a risposta aperta		Risoluzione di problemi
	Test semi-strutturato		Creazione percorsi motori
	Test strutturato		
	Test motori		
	Prova pratica - grafico		

9) CRITERI DI VALUTAZIONE

Per la valutazione saranno adottati i criteri stabiliti dal POF d'Istituto. La valutazione terrà conto di:

	Livello individuale di acquisizione di conoscenze		Impegno
	Livello individuale di acquisizione di abilità e competenze		Partecipazione
	Progressi compiuti rispetto al livello di partenza		Frequenza
	Interesse		Comportamento

Sassari 03/09/2021

Il dipartimento di
Scienze Motorie e Sportive