

PROGRAMMAZIONE INDIVIDUALE ANNUALE

Prof.ssa IACOPOZZI GIOVANNA

Classe 1H Materia SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Anno Scolastico 2019/2020

B ► Obiettivi generali da raggiungere:

L'insegnamento della disciplina dovrà portare l'alunno ad avere padronanza della propria corporeità e del movimento e ad essere consapevole delle potenzialità delle scienze motorie e sportive per il suo benessere individuale.

A tal fine sono stati individuati i seguenti obiettivi generali:

- 1) La percezione di se' e il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive
- 2) Lo sport, le regole, il fair-play
- 3) Salute, benessere, sicurezza e prevenzione
- 4) Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico

► Obiettivi educativi e cognitivi trasversali:

L'insegnamento della disciplina si propone le seguenti finalità:

- favorire l'armonico sviluppo globale dell'adolescente agendo sull'area corporea;
- rendere l'adolescente cosciente della sua corporeità al fine di aiutarlo a superare le difficoltà tipiche dell'età che riguardano la sfera corporea;
- facilitare l'acquisizione di un'abitudine alla motricità che tenda a promuovere la pratica sportiva come costume di vita;
- favorire la scoperta e l'orientamento delle attitudini motorie personali che possano essere coltivate anche dopo l'esperienza scolastica.

► Risultati di apprendimento:

Per ogni obiettivo specifico (competenza) è possibile individuare l'ambito delle relative conoscenze e abilità.

Verificato il primo livello di apprendimento si strutturerà un percorso didattico atto a colmare eventuali lacune nella formazione di base e finalizzato a valorizzare le potenzialità di ogni studente

1 MOVIMENTO (PERCEZIONE DI SE' E COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITA' MOTORIE ED ESPRESSIVE).

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|---|--|
| Conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità: posture, funzioni fisiologiche, capacità motorie. | Utilizzare schemi motori funzionali alle attività motorie e sportive utilizzando le capacità coordinative e condizionali. |
| Conoscere il ritmo delle azioni motorie e sportive. | Percepire e riprodurre ritmi attraverso il movimento. |
| Conoscere le corrette pratiche motorie e sportive anche in ambiente naturale. | Muoversi nel territorio riconoscendone le caratteristiche e rispettando l'ambiente. |
| Conoscere le funzioni fisiologiche in relazione al movimento ai principali paramorfismi e dimorfismi. | Elaborare risposte motorie efficaci riconoscendo le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica sportiva; assumere posture corrette. |

STANDARD DELLA COMPETENZA: orientarsi negli ambiti motori e sportivi, utilizzando le tecnologie e riconoscendo le variazioni fisiologiche e le proprie potenzialità.

LIVELLO 3: padroneggia autonomamente azioni motorie complesse, rielaborando le informazioni di cui dispone in contesti non programmati.

LIVELLO 2: mette in atto differenti azioni motorie, utilizzando le informazioni di cui dispone adeguandole al contesto e alle proprie potenzialità.

LIVELLO 1: esegue azioni motorie e sportive utilizzando indicazioni date, applicandole al contesto e alle proprie potenzialità.

2 LINGUAGGI DEL CORPO

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|--|--|
| Conoscere le modalità di utilizzo dei diversi linguaggi non verbali. | Rappresentare idee, stati d'animo e sequenze con creatività con tecniche espressive. |
| Conoscere gli elementi di base relativi alle principali tecniche espressive. | Comprendere e produrre i linguaggi non verbali. |
| Riconoscere le caratteristiche del ritmo nel movimento. | Ideare e realizzare sequenze ritmiche di movimento. |

STANDARD DELLA COMPETENZA: esprimere con creatività azioni, emozioni e sentimenti con finalità comunicative ed espressive, utilizzando più tecniche.

LIVELLO 3: applica e rielabora molteplici tecniche espressive in diversi ambiti, assegna significato al movimento.

LIVELLO 2: si esprime con creatività utilizzando correttamente più tecniche, sa interagire con i compagni con finalità comunicative.

LIVELLO 1: si esprime riferendosi ad elementi conosciuti, utilizzando, guidato le tecniche proposte.

3 LO SPORT, LE REGOLE, IL FAIR-PLAY

La pratica degli sport individuali e di squadra dovrà realizzarsi privilegiando la componente educativa, in modo da promuovere in tutti gli studenti la consuetudine all'attività motoria e sportiva.

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|---|---|
| Conoscere le abilità tecniche degli sport individuali e di squadra. | Adattare le abilità tecniche alle situazioni richieste dai giochi e dagli sport in forma personale. |
| Conoscere semplici tattiche e strategie dei giochi e degli sport praticati. | Partecipare in forma propositiva alla scelta e alla realizzazione di strategie e tattiche. |
| Conoscere la terminologia, il regolamento tecnico, il fair play anche in funzione dell'arbitraggio. | Sperimentare nelle abilità sportive i diversi ruoli, fair play e arbitraggio. |
| Conoscere l'aspetto educativo e l'evoluzione dei giochi e degli sport nella cultura e nella tradizione. | Interpretare le diverse caratteristiche dei giochi e degli sport nelle varie culture. |

STANDARD DELLA COMPETENZA: praticare le attività sportive applicando tattiche e strategie con fair play e attenzione all'aspetto della socialità.

LIVELLO 3: mostra elevate abilità tecnico tattiche nelle attività sportive con un personale apporto interpretativo del fair play e dei fenomeni sportivi.

LIVELLO 2: mostra discrete abilità tecnico tattiche nelle attività sportive con un personale apporto interpretativo del fair play e dei fenomeni sportivi.

LIVELLO 1: sollecitato, pratica le attività sportive conoscendo semplici tattiche e strategie, con fair play e attenzione all'aspetto sociale.

4 SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|---|---|
| Conoscere i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra, a casa e negli spazi aperti, compreso quello stradale. | Assumere comportamenti in sicurezza per prevenire gli infortuni e applicare alcune procedure di primo soccorso. |
| Adottare i principi igienici e scientifici essenziali | Per mantenere lo stato di salute evitare l'uso di |

| | |
|--|---|
| per mantenere il proprio stato di salute e migliorare l'efficienza fisica, così come le norme sanitarie e alimentari indispensabili per il mantenimento del proprio benessere. | sostanze illecite e adottare principi igienici e alimentari corretti. |
| Conoscere gli effetti benefici dei percorsi di preparazione fisica e gli effetti dannosi dei prodotti farmacologici tesi esclusivamente al risultato immediato. | Scegliere di praticare l'attività motorie e sportiva per migliorare l'efficienza psicofisica. |

STANDARD DELLA COMPETENZA: adotta comportamenti attivi, in sicurezza, per migliorare la propria salute e il proprio benessere.

LIVELLO 3: adotta autonomamente in sicurezza comportamenti attivi per migliorare il proprio stato di salute consapevoli della loro utilità per il benessere.

LIVELLO 2: adotta comportamenti attivi per la sicurezza e la prevenzione della salute e conoscere l'utilità della pratica motoria riferite al benessere.

LIVELLO 1: guidato, assume comportamenti attivi e in sicurezza per migliorare la propria salute e il proprio benessere.

5 CITTADINANZA e COSTITUZIONE

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|--|---|
| Conoscere la terminologia, il regolamento tecnico, il fair play anche in funzione dell'arbitraggio. | Sperimentare nelle abilità sportive i diversi ruoli, fair play e arbitraggio. |
| Conoscere l'aspetto educativo e l'evoluzione dei giochi e degli sport nella cultura e nella tradizione | Interpretare le diverse caratteristiche dei giochi e degli sport nelle varie culture. |

C Approccio metodologico:

Verranno utilizzati, a seconda delle esigenze, il metodo globale o quello analitico.

L'esperienza che si intende offrire è quella di sperimentare, sentire, prendere atto, interiorizzare e memorizzare a livello ideomotorio e di ripetere nella giusta situazione movimenti precisi.

Si cerca sempre di fornire una sintetica spiegazione tecnica e fisiologica degli esercizi, per rendere gli allievi consapevoli del movimento, per far loro "percepire" la parte del corpo interessata, per abituarli ad ascoltare il proprio corpo stimolando la presa di coscienza e migliorando la consapevolezza per prevenire gli infortuni, per aiutarli a riconoscere i propri compensi e disequilibri.

D Organizzazione dell'attività didattica: lezione frontale, gruppi di lavoro, processi individualizzati, cooperative learning ecc...

Lezioni pratiche frontali, esercitazioni individuali, di coppia e di gruppo. Gli argomenti trattati saranno dimostrati dal docente o eventualmente da alunni con spiccata attitudine al tipo di esercizio proposto.

| Articolazione dell'attività didattica in modelli operativi (Lezioni, moduli, U.D., UdA, altro...) | Tempi |
|--|-------------------|
| UDA 1 IL MOVIMENTO <ul style="list-style-type: none"> • Rielaborazione degli schemi motori; • Le capacità motorie: <ol style="list-style-type: none"> 1. le capacità coordinative; 2. le capacità condizionali; | otto settimane |
| UDA 2 ATTIVITA' SPORTIVE INDIVIDUALI <ul style="list-style-type: none"> • Atletica leggera: <ol style="list-style-type: none"> 1. corse di resistenza (andature della corsa) 2. velocità (tecnica della corsa veloce, staffette) • Ginnastica Artistica: pre-acrobatica | otto settimane |
| UDA 3 ATTIVITA' SPORTIVE DI SQUADRA <ul style="list-style-type: none"> • Pallavolo; • Pallacanestro; • Calcio a cinque • Pallamano • Giochi della tradizione popolare | dodici settimane |
| UDA 4 EDUCAZIONE ALLA SALUTE, INFORTUNI E PRONTO SOCCORSO CORPO E ATTIVITA' <ul style="list-style-type: none"> • Educazione igienico-sanitaria • Norme di comportamento ai fini della prevenzione degli infortuni durante l'attività motoria e la pratica sportiva. • Il corpo umano: apparato locomotore: le ossa e le articolazioni | quattro settimane |
| UDA 5 SPORT COME ABITUDINE DI VITA Progetto Dragon boat (previa approvazione consiglio di classe) | quattro settimane |

E Risorse e strumenti: testi in adozione, laboratori, TIC ecc.:

Il lavoro sarà svolto utilizzando tutti gli spazi ed attrezzature sportive disposizione della palestra (palestra Umberto I o palestra Sant'Alvise) e attività svolte in ambiente naturale; inoltre verrà utilizzato il libro di testo consigliato e materiale fornito dall'insegnante

F Verifiche e Valutazione: numero e tipologia delle verifiche dell'apprendimento previste per conoscenze, abilità e competenze. Criteri e griglie di valutazione.

La valutazione sarà la risultante della sistematica osservazione dei processi di apprendimento. Si terrà conto del livello di partenza e del grado di preparazione raggiunto in relazione agli obiettivi prefissati in termini di conoscenze, competenze e capacità. La valutazione si baserà anche sull'interesse, sull'impegno e sulla partecipazione, sulla costanza nell'applicazione e sull'autodisciplina, oltre, all'eventuale impegno profuso nelle attività parascolastiche. Per la verifica delle conoscenze saranno utilizzati dei questionari a risposta multipla e/o aperta e verifiche orali mentre per la verifica delle abilità e delle capacità saranno utilizzati prove individuali e di squadra. Ai fini della valutazione di ogni alunno saranno utilizzati l'osservazione dell'alunno durante le lezioni e la misurazione dei risultati ottenuti nei test e nelle prove pratiche.

La valutazione sarà espressa con voti dall'uno al dieci, sulla base dei criteri stabiliti in sede di dipartimento. Il numero minimo di verifiche previste è di due nel primo trimestre e tre nel secondo pentamestre.

Per gli studenti esonerati verrà valutato:

- il coinvolgimento nel lavoro di arbitraggio e di organizzazione di gare e tornei.
- le conoscenze teoriche.

Per gli alunni in difficoltà si attueranno interventi adeguati alle loro possibilità e capacità e mirati al raggiungimento degli obiettivi minimi.

Criteri di valutazione (con tipologia di verifica)

| Voto in decimi | Competenze relazionali | Partecipazione | Rispetto delle regole | Metodo | Conoscenze | Possesso competenze |
|----------------|----------------------------|----------------------------------|------------------------------------|---------------------------|-------------------------|--|
| 10 | Propositivo leader | Costruttiva sempre | Condivisione e autocontrollo | Rielaborativo critico | Approfondita disinvolta | Livello 3 eccelle (esperto) |
| 9 | Collaborativo | Efficace (quasi sempre) | Applicazione e sicura costante | Organizzato sistematico | Certa sicura | Livello 3 supera (abile competente) |
| 8 | Disponibile | Attiva e pertinente | Conoscenza applicazione | Organizzato | Soddisfacente | Livello 2 supera (competente) |
| 7 | Selettivo | Attiva (sovente) | Conoscenza delle regole principali | Mnemonico meccanico | Globale | Livello 2 possiede (principiante avanzato) |
| 6 | Dipendente poco affidabile | Dispersiva settoriale (talvolta) | Guidata essenziale | Superficiale difficoltoso | Essenziale parziale | Livello 1 possiede (principiante) |
| 5 | Conflittuale passivo | Oppositiva passiva | Rifiuto insofferenza | Non ha metodo | Non conosce | Livello 0 non possiede incompetente |

G. Raccordi interdisciplinari

Decisi in concertazione con le componenti degli assi disciplinari.

I. Strategie che si intende attivare per il recupero e/o la valorizzazione delle eccellenze

Per gli alunni che presentano particolari difficoltà, si prevede il recupero in itinere attraverso esercizi individualizzati mirati al recupero di abilità di base non del tutto acquisite.

L. Attività PCTO classi terze, quarte e quinte

PREREQUISITI PCTO:

| | |
|---|---|
| Conoscere i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra, a casa e negli spazi aperti, compreso quello stradale. | Assumere comportamenti in sicurezza per prevenire gli infortuni e applicare alcune procedure di primo soccorso. |
|---|---|

Venezia, 19 ottobre 2019

IL DOCENTE

Prof.ssa GIOVANNA IACOPOZZI

PROGRAMMAZIONE INDIVIDUALE ANNUALE

Prof.ssa IACOPOZZI GIOVANNA

Classe 1D Materia SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Anno Scolastico 2019/2020

B ► Obiettivi generali da raggiungere:

L'insegnamento della disciplina dovrà portare l'alunno ad avere padronanza della propria corporeità e del movimento e ad essere consapevole delle potenzialità delle scienze motorie e sportive per il suo benessere individuale.

A tal fine sono stati individuati i seguenti obiettivi generali:

- 1) La percezione di se' e il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive
- 2) Lo sport, le regole, il fair-play
- 3) Salute, benessere, sicurezza e prevenzione
- 4) Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico

► Obiettivi educativi e cognitivi trasversali:

L'insegnamento della disciplina si propone le seguenti finalità:

- favorire l'armonico sviluppo globale dell'adolescente agendo sull'area corporea;
- rendere l'adolescente cosciente della sua corporeità al fine di aiutarlo a superare le difficoltà tipiche dell'età che riguardano la sfera corporea;
- facilitare l'acquisizione di un'abitudine alla motricità che tenda a promuovere la pratica sportiva come costume di vita;
- favorire la scoperta e l'orientamento delle attitudini motorie personali che possano essere coltivate anche dopo l'esperienza scolastica.

► Risultati di apprendimento:

Per ogni obiettivo specifico (competenza) è possibile individuare l'ambito delle relative conoscenze e abilità.

Verificato il primo livello di apprendimento si strutturerà un percorso didattico atto a colmare eventuali lacune nella formazione di base e finalizzato a valorizzare le potenzialità di ogni studente

1 MOVIMENTO (PERCEZIONE DI SE' E COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITA' MOTORIE ED ESPRESSIVE).

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|---|--|
| Conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità: posture, funzioni fisiologiche, capacità motorie. | Utilizzare schemi motori funzionali alle attività motorie e sportive utilizzando le capacità coordinative e condizionali. |
| Conoscere il ritmo delle azioni motorie e sportive. | Percepire e riprodurre ritmi attraverso il movimento. |
| Conoscere le corrette pratiche motorie e sportive anche in ambiente naturale. | Muoversi nel territorio riconoscendone le caratteristiche e rispettando l'ambiente. |
| Conoscere le funzioni fisiologiche in relazione al movimento ai principali paramorfismi e dimorfismi. | Elaborare risposte motorie efficaci riconoscendo le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica sportiva; assumere posture corrette. |

STANDARD DELLA COMPETENZA: orientarsi negli ambiti motori e sportivi, utilizzando le tecnologie e riconoscendo le variazioni fisiologiche e le proprie potenzialità.

LIVELLO 3: padroneggia autonomamente azioni motorie complesse, rielaborando le informazioni di cui dispone in contesti non programmati.

LIVELLO 2: mette in atto differenti azioni motorie, utilizzando le informazioni di cui dispone adeguandole al contesto e alle proprie potenzialità.

LIVELLO 1: esegue azioni motorie e sportive utilizzando indicazioni date, applicandole al contesto e alle proprie potenzialità.

2 LINGUAGGI DEL CORPO

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|--|--|
| Conoscere le modalità di utilizzo dei diversi linguaggi non verbali. | Rappresentare idee, stati d'animo e sequenze con creatività con tecniche espressive. |
| Conoscere gli elementi di base relativi alle principali tecniche espressive. | Comprendere e produrre i linguaggi non verbali. |
| Riconoscere le caratteristiche del ritmo nel movimento. | Ideare e realizzare sequenze ritmiche di movimento. |

STANDARD DELLA COMPETENZA: esprimere con creatività azioni, emozioni e sentimenti con finalità comunicative ed espressive, utilizzando più tecniche.

LIVELLO 3: applica e rielabora molteplici tecniche espressive in diversi ambiti, assegna significato al movimento.

LIVELLO 2: si esprime con creatività utilizzando correttamente più tecniche, sa interagire con i compagni con finalità comunicative.

LIVELLO 1: si esprime riferendosi ad elementi conosciuti, utilizzando, guidato le tecniche proposte.

3 LO SPORT, LE REGOLE, IL FAIR-PLAY

La pratica degli sport individuali e di squadra dovrà realizzarsi privilegiando la componente educativa, in modo da promuovere in tutti gli studenti la consuetudine all'attività motoria e sportiva.

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|---|---|
| Conoscere le abilità tecniche degli sport individuali e di squadra. | Adattare le abilità tecniche alle situazioni richieste dai giochi e dagli sport in forma personale. |
| Conoscere semplici tattiche e strategie dei giochi e degli sport praticati. | Partecipare in forma propositiva alla scelta e alla realizzazione di strategie e tattiche. |
| Conoscere la terminologia, il regolamento tecnico, il fair play anche in funzione dell'arbitraggio. | Sperimentare nelle abilità sportive i diversi ruoli, fair play e arbitraggio. |
| Conoscere l'aspetto educativo e l'evoluzione dei giochi e degli sport nella cultura e nella tradizione. | Interpretare le diverse caratteristiche dei giochi e degli sport nelle varie culture. |

STANDARD DELLA COMPETENZA: praticare le attività sportive applicando tattiche e strategie con fair play e attenzione all'aspetto della socialità.

LIVELLO 3: mostra elevate abilità tecnico tattiche nelle attività sportive con un personale apporto interpretativo del fair play e dei fenomeni sportivi.

LIVELLO 2: mostra discrete abilità tecnico tattiche nelle attività sportive con un personale apporto interpretativo del fair play e dei fenomeni sportivi.

LIVELLO 1: sollecitato, pratica le attività sportive conoscendo semplici tattiche e strategie, con fair play e attenzione all'aspetto sociale.

4 SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|---|---|
| Conoscere i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra, a casa e negli spazi aperti, compreso quello stradale. | Assumere comportamenti in sicurezza per prevenire gli infortuni e applicare alcune procedure di primo soccorso. |
| Adottare i principi igienici e scientifici essenziali | Per mantenere lo stato di salute evitare l'uso di |

| | |
|--|---|
| per mantenere il proprio stato di salute e migliorare l'efficienza fisica, così come le norme sanitarie e alimentari indispensabili per il mantenimento del proprio benessere. | sostanze illecite e adottare principi igienici e alimentari corretti. |
| Conoscere gli effetti benefici dei percorsi di preparazione fisica e gli effetti dannosi dei prodotti farmacologici tesi esclusivamente al risultato immediato. | Scegliere di praticare l'attività motorie e sportiva per migliorare l'efficienza psicofisica. |

STANDARD DELLA COMPETENZA: adotta comportamenti attivi, in sicurezza, per migliorare la propria salute e il proprio benessere.

LIVELLO 3: adotta autonomamente in sicurezza comportamenti attivi per migliorare il proprio stato di salute consapevoli della loro utilità per il benessere.

LIVELLO 2: adotta comportamenti attivi per la sicurezza e la prevenzione della salute e conoscere l'utilità della pratica motoria riferite al benessere.

LIVELLO 1: guidato, assume comportamenti attivi e in sicurezza per migliorare la propria salute e il proprio benessere.

5 CITTADINANZA e COSTITUZIONE

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|--|---|
| Conoscere la terminologia, il regolamento tecnico, il fair play anche in funzione dell'arbitraggio. | Sperimentare nelle abilità sportive i diversi ruoli, fair play e arbitraggio. |
| Conoscere l'aspetto educativo e l'evoluzione dei giochi e degli sport nella cultura e nella tradizione | Interpretare le diverse caratteristiche dei giochi e degli sport nelle varie culture. |

C Approccio metodologico:

Verranno utilizzati, a seconda delle esigenze, il metodo globale o quello analitico.

L'esperienza che si intende offrire è quella di sperimentare, sentire, prendere atto, interiorizzare e memorizzare a livello ideomotorio e di ripetere nella giusta situazione movimenti precisi.

Si cerca sempre di fornire una sintetica spiegazione tecnica e fisiologica degli esercizi, per rendere gli allievi consapevoli del movimento, per far loro "percepire" la parte del corpo interessata, per abituarli ad ascoltare il proprio corpo stimolando la presa di coscienza e migliorando la consapevolezza per prevenire gli infortuni, per aiutarli a riconoscere i propri compensi e disequilibri.

D Organizzazione dell'attività didattica: lezione frontale, gruppi di lavoro, processi individualizzati, cooperative learning ecc...

Lezioni pratiche frontali, esercitazioni individuali, di coppia e di gruppo. Gli argomenti trattati saranno dimostrati dal docente o eventualmente da alunni con spiccata attitudine al tipo di esercizio proposto.

| Articolazione dell'attività didattica in modelli operativi (Lezioni, moduli, U.D., UdA, altro...) | Tempi |
|--|-------------------|
| UDA 1 IL MOVIMENTO <ul style="list-style-type: none"> • Rielaborazione degli schemi motori; • Le capacità motorie: <ol style="list-style-type: none"> 3. le capacità coordinative; 4. le capacità condizionali; | otto settimane |
| UDA 2 ATTIVITA' SPORTIVE INDIVIDUALI <ul style="list-style-type: none"> • Atletica leggera: <ol style="list-style-type: none"> 3. corse di resistenza (andature della corsa) 4. velocità (tecnica della corsa veloce, staffette) • Ginnastica Artistica: pre-acrobatica | otto settimane |
| UDA 3 ATTIVITA' SPORTIVE DI SQUADRA <ul style="list-style-type: none"> • Pallavolo; • Pallacanestro; • Calcio a cinque • Pallamano • Giochi della tradizione popolare | dodici settimane |
| UDA 4 EDUCAZIONE ALLA SALUTE, INFORTUNI E PRONTO SOCCORSO CORPO E ATTIVITA' <ul style="list-style-type: none"> • Educazione igienico-sanitaria • Norme di comportamento ai fini della prevenzione degli infortuni durante l'attività motoria e la pratica sportiva. • Il corpo umano: apparato locomotore: le ossa e le articolazioni | quattro settimane |
| UDA 5 SPORT COME ABITUDINE DI VITA Progetto Nuoto (previa approvazione consiglio di classe) | quattro settimane |

E Risorse e strumenti: testi in adozione, laboratori, TIC ecc.:

Il lavoro sarà svolto utilizzando tutti gli spazi ed attrezzature sportive disposizione della palestra (palestra Umberto I o palestra Sant'Alvise) e attività svolte in ambiente naturale; inoltre verrà utilizzato il libro di testo consigliato e materiale fornito dall'insegnante

F Verifiche e Valutazione: numero e tipologia delle verifiche dell'apprendimento previste per conoscenze, abilità e competenze. Criteri e griglie di valutazione.

La valutazione sarà la risultante della sistematica osservazione dei processi di apprendimento. Si terrà conto del livello di partenza e del grado di preparazione raggiunto in relazione agli obiettivi prefissati in termini di conoscenze, competenze e capacità. La valutazione si baserà anche sull'interesse, sull'impegno e sulla partecipazione, sulla costanza nell'applicazione e sull'autodisciplina, oltre, all'eventuale impegno profuso nelle attività parascolastiche. Per la verifica delle conoscenze saranno utilizzati dei questionari a risposta multipla e/o aperta e verifiche orali mentre per la verifica delle abilità e delle capacità saranno utilizzati prove individuali e di squadra. Ai fini della valutazione di ogni alunno saranno utilizzati l'osservazione dell'alunno durante le lezioni e la misurazione dei risultati ottenuti nei test e nelle prove pratiche.

La valutazione sarà espressa con voti dall'uno al dieci, sulla base dei criteri stabiliti in sede di dipartimento. Il numero minimo di verifiche previste è di due nel primo trimestre e tre nel secondo pentamestre.

Per gli studenti esonerati verrà valutato:

- il coinvolgimento nel lavoro di arbitraggio e di organizzazione di gare e tornei.
- le conoscenze teoriche.

Per gli alunni in difficoltà si attueranno interventi adeguati alle loro possibilità e capacità e mirati al raggiungimento degli obiettivi minimi.

Criteri di valutazione (con tipologia di verifica)

| Voto in decimi | Competenze relazionali | Partecipazione | Rispetto delle regole | Metodo | Conoscenze | Possesso competenze |
|----------------|----------------------------|----------------------------------|------------------------------------|---------------------------|-------------------------|--|
| 10 | Propositivo leader | Costruttiva sempre | Condivisione e autocontrollo | Rielaborativo critico | Approfondita disinvolta | Livello 3 eccelle (esperto) |
| 9 | Collaborativo | Efficace (quasi sempre) | Applicazione e sicura costante | Organizzato sistematico | Certa sicura | Livello 3 supera (abile competente) |
| 8 | Disponibile | Attiva e pertinente | Conoscenza applicazione | Organizzato | Soddisfacente | Livello 2 supera (competente) |
| 7 | Selettivo | Attiva (sovente) | Conoscenza delle regole principali | Mnemonico meccanico | Globale | Livello 2 possiede (principiante avanzato) |
| 6 | Dipendente poco affidabile | Dispersiva settoriale (talvolta) | Guidata essenziale | Superficiale difficoltoso | Essenziale parziale | Livello 1 possiede (principiante) |
| 5 | Conflittuale passivo | Oppositiva passiva | Rifiuto insofferenza | Non ha metodo | Non conosce | Livello 0 non possiede incompetente |

G. Raccordi interdisciplinari

Decisi in concertazione con le componenti degli assi disciplinari.

I. Strategie che si intende attivare per il recupero e/o la valorizzazione delle eccellenze

Per gli alunni che presentano particolari difficoltà, si prevede il recupero in itinere attraverso esercizi individualizzati mirati al recupero di abilità di base non del tutto acquisite.

L. Attività PCTO classi terze, quarte e quinte

PREREQUISITI PCTO:

| | |
|---|---|
| Conoscere i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra, a casa e negli spazi aperti, compreso quello stradale. | Assumere comportamenti in sicurezza per prevenire gli infortuni e applicare alcune procedure di primo soccorso. |
|---|---|

Venezia, 19 ottobre 2019

IL DOCENTE

Prof.ssa GIOVANNA IACOPOZZI

PROGRAMMAZIONE INDIVIDUALE ANNUALE

Prof.ssa IACOPOZZI GIOVANNA

Classe 2D Materia SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Anno Scolastico 2019/2020

B ► Obiettivi generali da raggiungere:

L'insegnamento della disciplina dovrà portare l'alunno ad avere padronanza della propria corporeità e del movimento e ad essere consapevole delle potenzialità delle scienze motorie e sportive per il suo benessere individuale.

A tal fine sono stati individuati i seguenti obiettivi generali:

- 1) La percezione di sé e il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive
- 2) Lo sport, le regole, il fair-play
- 3) Salute, benessere, sicurezza e prevenzione
- 4) Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico

► Obiettivi educativi e cognitivi trasversali:

L'insegnamento della disciplina si propone le seguenti finalità:

- favorire l'armonico sviluppo globale dell'adolescente agendo sull'area corporea;
- rendere l'adolescente cosciente della sua corporeità al fine di aiutarlo a superare le difficoltà tipiche dell'età che riguardano la sfera corporea;
- facilitare l'acquisizione di un'abitudine alla motricità che tenda a promuovere la pratica sportiva come costume di vita;
- favorire la scoperta e l'orientamento delle attitudini motorie personali che possano essere coltivate anche dopo l'esperienza scolastica.

► Risultati di apprendimento:

Per ogni obiettivo specifico (competenza) è possibile individuare l'ambito delle relative conoscenze e abilità.

Per ogni obiettivo specifico (competenza) è possibile individuare l'ambito delle relative conoscenze e abilità.

Verificato il primo livello di apprendimento si strutturerà un percorso didattico atto a colmare eventuali lacune nella formazione di base e finalizzato a valorizzare le potenzialità di ogni studente

1 MOVIMENTO (PERCEZIONE DI SE' E COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITA' MOTORIE ED ESPRESSIVE).

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|---|--|
| Conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità: posture, funzioni fisiologiche, capacità motorie. | Utilizzare schemi motori funzionali alle attività motorie e sportive utilizzando le capacità coordinative e condizionali. |
| Conoscere il ritmo delle azioni motorie e sportive. | Percepire e riprodurre ritmi attraverso il movimento. |
| Conoscere le corrette pratiche motorie e sportive anche in ambiente naturale. | Muoversi nel territorio riconoscendone le caratteristiche e rispettando l'ambiente. |
| Conoscere le funzioni fisiologiche in relazione al movimento ai principali paramorfismi e dimorfismi. | Elaborare risposte motorie efficaci riconoscendo le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica sportiva; assumere posture corrette. |

STANDARD DELLA COMPETENZA: orientarsi negli ambiti motori e sportivi, utilizzando le tecnologie e riconoscendo le variazioni fisiologiche e le proprie potenzialità.

LIVELLO 3: padroneggia autonomamente azioni motorie complesse, rielaborando le informazioni di cui dispone in contesti non programmati.

LIVELLO 2: mette in atto differenti azioni motorie, utilizzando le informazioni di cui dispone adeguandole al contesto e alle proprie potenzialità.

LIVELLO 1: esegue azioni motorie e sportive utilizzando indicazioni date, applicandole al contesto e alle proprie potenzialità.

2 LINGUAGGI DEL CORPO

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|--|--|
| Conoscere le modalità di utilizzo dei diversi linguaggi non verbali. | Rappresentare idee, stati d'animo e sequenze con creatività con tecniche espressive. |
| Conoscere gli elementi di base relativi alle principali tecniche espressive. | Comprendere e produrre i linguaggi non verbali. |
| Riconoscere le caratteristiche del ritmo nel movimento. | Ideare e realizzare sequenze ritmiche di movimento. |

STANDARD DELLA COMPETENZA: esprimere con creatività azioni, emozioni e sentimenti con finalità comunicative ed espressive, utilizzando più tecniche.

LIVELLO 3: applica e rielabora molteplici tecniche espressive in diversi ambiti, assegna significato al movimento.

LIVELLO 2: si esprime con creatività utilizzando correttamente più tecniche, sa interagire con i compagni con finalità comunicative.

LIVELLO 1: si esprime riferendosi ad elementi conosciuti, utilizzando, guidato le tecniche proposte.

3 LO SPORT, LE REGOLE, IL FAIR-PLAY

La pratica degli sport individuali e di squadra dovrà realizzarsi privilegiando la componente educativa, in modo da promuovere in tutti gli studenti la consuetudine all'attività motoria e sportiva.

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|---|---|
| Conoscere le abilità tecniche degli sport individuali e di squadra. | Adattare le abilità tecniche alle situazioni richieste dai giochi e dagli sport in forma personale. |
| Conoscere semplici tattiche e strategie dei giochi e degli sport praticati. | Partecipare in forma propositiva alla scelta e alla realizzazione di strategie e tattiche. |
| Conoscere la terminologia, il regolamento tecnico, il fair play anche in funzione dell'arbitraggio. | Sperimentare nelle abilità sportive i diversi ruoli, fair play e arbitraggio. |
| Conoscere l'aspetto educativo e l'evoluzione dei giochi e degli sport nella cultura e nella tradizione. | Interpretare le diverse caratteristiche dei giochi e degli sport nelle varie culture. |

STANDARD DELLA COMPETENZA: praticare le attività sportive applicando tattiche e strategie con fair play e attenzione all'aspetto della socialità.

LIVELLO 3: mostra elevate abilità tecnico tattiche nelle attività sportive con un personale apporto interpretativo del fair play e dei fenomeni sportivi.

LIVELLO 2: mostra discrete abilità tecnico tattiche nelle attività sportive con un personale apporto interpretativo del fair play e dei fenomeni sportivi.

LIVELLO 1: sollecitato, pratica le attività sportive conoscendo semplici tattiche e strategie, con fair play e attenzione all'aspetto sociale.

4 SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|------------|----------|
|------------|----------|

| | |
|--|---|
| Conoscere i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra, a casa e negli spazi aperti, compreso quello stradale. | Assumere comportamenti in sicurezza per prevenire gli infortuni e applicare alcune procedure di primo soccorso. |
| Adottare i principi igienici e scientifici essenziali per mantenere il proprio stato di salute e migliorare l'efficienza fisica, così come le norme sanitarie e alimentari indispensabili per il mantenimento del proprio benessere. | Per mantenere lo stato di salute evitare l'uso di sostanze illecite e adottare principi igienici e alimentari corretti. |
| Conoscere gli effetti benefici dei percorsi di preparazione fisica e gli effetti dannosi dei prodotti farmacologici tesi esclusivamente al risultato immediato. | Scegliere di praticare l'attività motorie e sportiva per migliorare l'efficienza psicofisica. |

STANDARD DELLA COMPETENZA: adotta comportamenti attivi, in sicurezza, per migliorare la propria salute e il proprio benessere.

LIVELLO 3: adotta autonomamente in sicurezza comportamenti attivi per migliorare il proprio stato di salute consapevoli della loro utilità per il benessere.

LIVELLO 2: adotta comportamenti attivi per la sicurezza e la prevenzione della salute e conoscere l'utilità della pratica motoria riferite al benessere.

LIVELLO 1: guidato, assume comportamenti attivi e in sicurezza per migliorare la propria salute e il proprio benessere.

5 CITTADINANZA e COSTITUZIONE

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|--|---|
| Conoscere la terminologia, il regolamento tecnico, il fair play anche in funzione dell'arbitraggio. | Sperimentare nelle abilità sportive i diversi ruoli, fair play e arbitraggio. |
| Conoscere l'aspetto educativo e l'evoluzione dei giochi e degli sport nella cultura e nella tradizione | Interpretare le diverse caratteristiche dei giochi e degli sport nelle varie culture. |

C Approccio metodologico:

Verranno utilizzati, a seconda delle esigenze, il metodo globale o quello analitico.

L'esperienza che si intende offrire è quella di sperimentare, sentire, prendere atto, interiorizzare e memorizzare a livello ideomotorio e di ripetere nella giusta situazione movimenti precisi.

Si cerca sempre di fornire una sintetica spiegazione tecnica e fisiologica degli esercizi, per rendere gli allievi consapevoli del movimento, per far loro "percepire" la parte del corpo interessata, per abituarli ad ascoltare il proprio corpo stimolando la presa di coscienza e migliorando la consapevolezza per prevenire gli infortuni, per aiutarli a riconoscere i propri compensi e disequilibri.

D Organizzazione dell'attività didattica: lezione frontale, gruppi di lavoro, processi individualizzati, cooperative learning ecc...

Lezioni pratiche frontali, esercitazioni individuali, di coppia e di gruppo. Gli argomenti trattati saranno dimostrati dal docente o eventualmente da alunni con spiccata attitudine al tipo di esercizio proposto.

| Articolazione dell'attività didattica in modelli operativi (Lezioni, moduli, U.D., UdA, altro...) | Tempi |
|--|-------------------|
| UDA 1 IL MOVIMENTO <ul style="list-style-type: none"> • Rielaborazione degli schemi motori; • Le capacità motorie: <ol style="list-style-type: none"> 1. le capacità coordinative; 2. le capacità condizionali; | otto settimane |
| UDA 2 ATTIVITA' SPORTIVE INDIVIDUALI <ul style="list-style-type: none"> • Atletica leggera: <ol style="list-style-type: none"> 1. corse di resistenza (andature della corsa) 2. velocità (tecnica della corsa veloce, staffette) 3. salto in lungo • Ginnastica Artistica: pre-acrobatica | otto settimane |
| UDA 3 ATTIVITA' SPORTIVE DI SQUADRA <ul style="list-style-type: none"> • Pallavolo; • Pallacanestro; • Calcio a cinque • Pallamano • Badminton • Giochi della tradizione popolare | dodici settimane |
| UDA 4 EDUCAZIONE ALLA SALUTE, INFORTUNI E PRONTO SOCCORSO CORPO E ATTIVITA' <ul style="list-style-type: none"> • Alimentazione e sport. I disturbi alimentari • Norme di comportamento ai fini della prevenzione degli infortuni durante l'attività motoria e la pratica sportiva. • Il corpo umano: apparato locomotore: i muscoli | quattro settimane |
| UDA 5 SPORT COME ABITUDINE DI VITA Progetto arrampicata sportiva (previa approvazione consiglio di classe) | quattro settimane |

E Risorse e strumenti:
testi in adozione, laboratori, TIC ecc...:

Il lavoro sarà svolto utilizzando tutti gli spazi ed attrezzature sportive disposizione della palestra (palestra Umberto I o palestra Sant'Alvise) e attività svolte in ambiente naturale; inoltre verrà utilizzato il libro di testo consigliato e materiale fornito dall'insegnante

F Verifiche e Valutazione: numero e tipologia delle verifiche dell'apprendimento previste per conoscenze, abilità e competenze. Criteri e griglie di valutazione.

La valutazione sarà la risultante della sistematica osservazione dei processi di apprendimento. Si terrà conto del livello di partenza e del grado di preparazione raggiunto in relazione agli obiettivi prefissati in termini di conoscenze, competenze e capacità. La valutazione si baserà anche sull'interesse, sull'impegno e sulla partecipazione, sulla costanza nell'applicazione e sull'autodisciplina, oltre, all'eventuale impegno profuso nelle attività parascolastiche. Per la verifica delle conoscenze saranno utilizzati dei questionari a risposta multipla e/o aperta e verifiche orali mentre per la verifica delle abilità e delle capacità saranno utilizzati prove individuali e di squadra. Ai fini della valutazione di ogni alunno saranno utilizzati l'osservazione dell'alunno durante le lezioni e la misurazione dei risultati ottenuti nei test e nelle prove pratiche.

La valutazione sarà espressa con voti dall'uno al dieci, sulla base dei criteri stabiliti in sede di dipartimento. Il numero minimo di verifiche previste è di due nel primo trimestre e tre nel secondo pentamestre.

Per gli studenti esonerati verrà valutato:

- il coinvolgimento nel lavoro di arbitraggio e di organizzazione di gare e tornei.
- le conoscenze teoriche.

Per gli alunni in difficoltà si attueranno interventi adeguati alle loro possibilità e capacità e mirati al raggiungimento degli obiettivi minimi.

Criteri di valutazione (con tipologia di verifica)

| Voto in decimi | Competenze relazionali | Partecipazione | Rispetto delle regole | Metodo | Conoscenze | Possesso competenze |
|-----------------------|-------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|---------------------------|-------------------------|--|
| 10 | Propositivo leader | Costruttiva sempre | Condivisione e autocontrollo | Rielaborativo o critico | Approfondita disinvolta | Livello 3 eccelle (esperto) |
| 9 | Collaborativo | Efficace (quasi sempre) | Applicazione e sicura costante | Organizzato sistematico | Certa sicura | Livello 3 supera (abile competente) |
| 8 | Disponibile | Attiva e pertinente | Conoscenza applicazione | Organizzato | Soddisfacente | Livello 2 supera (competente) |
| 7 | Selettivo | Attiva (sovente) | Conoscenza delle regole principali | Mnemonico meccanico | Globale | Livello 2 possiede (principiante avanzato) |
| 6 | Dipendente poco affidabile | Dispersiva settoriale (talvolta) | Guidata essenziale | Superficiale difficoltoso | Essenziale parziale | Livello 1 possiede (principiante) |
| 5 | Conflittuale passivo | Oppositiva passiva | Rifiuto insofferenza | Non ha metodo | Non conosce | Livello 0 non possiede incompetente |

G. Raccordi interdisciplinari

Decisi in concertazione con le componenti degli assi disciplinari.

I. Strategie che si intende attivare per il recupero e/o la valorizzazione delle eccellenze

Per gli alunni che presentano particolari difficoltà, si prevede il recupero in itinere attraverso esercizi individualizzati mirati al recupero di abilità di base non del tutto acquisite.

L. Attività PCTO classi terze, quarte e quinte

PREREQUISITI PCTO:

| | |
|--|---|
| Adottare i principi igienici e scientifici essenziali per mantenere il proprio stato di salute e migliorare l'efficienza fisica, così come le norme sanitarie e alimentari indispensabili per il mantenimento del proprio benessere. | Per mantenere lo stato di salute evitare l'uso di sostanze illecite e adottare principi igienici e alimentari corretti. |
|--|---|

Venezia, 19 ottobre 2019

IL DOCENTE

Prof.ssa GIOVANNA IACOPOZZI

PROGRAMMAZIONE INDIVIDUALE ANNUALE

Prof.ssa IACOPOZZI GIOVANNA

Classe 3D Materia SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Anno Scolastico 2019/2020

B ► Obiettivi generali da raggiungere:

L'insegnamento della disciplina dovrà portare l'alunno ad avere padronanza della propria corporeità e del movimento e ad essere consapevole delle potenzialità delle scienze motorie e sportive per il suo benessere individuale.

A tal fine sono stati individuati i seguenti obiettivi generali:

- 1) La percezione di sé e il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive
- 2) Lo sport, le regole, il fair-play
- 3) Salute, benessere, sicurezza e prevenzione
- 4) Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico

► Obiettivi educativi e cognitivi trasversali:

L'insegnamento della disciplina si propone le seguenti finalità:

- favorire l'armonico sviluppo globale dell'adolescente agendo sull'area corporea;
- rendere l'adolescente cosciente della sua corporeità al fine di aiutarlo a superare le difficoltà tipiche dell'età che riguardano la sfera corporea;
- facilitare l'acquisizione di un'abitudine alla motricità che tenda a promuovere la pratica sportiva come costume di vita;
- favorire la scoperta e l'orientamento delle attitudini motorie personali che possano essere coltivate anche dopo l'esperienza scolastica.

► Risultati di apprendimento:

Per ogni obiettivo specifico (competenza) è possibile individuare l'ambito delle relative conoscenze e abilità.

L'azione di consolidamento e di sviluppo delle conoscenze e delle abilità proseguirà al fine di migliorare la formazione motoria e sportiva degli studenti.

1 MOVIMENTO (PERCEZIONE DI SE' E IL COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITA' MOTORIE ED ESPRESSIVE)

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|---|--|
| Conoscere le proprie potenzialità e i propri punti di forza e criticità. | Ampliare le capacità coordinative e condizionali realizzando schemi motorie complessi utili ad affrontare attività motorie e sportive. |
| Conoscere il ritmo delle azioni motorie e sportive complesse. | Percepire e riprodurre e variare i ritmi delle azioni. |
| Conoscere le caratteristiche delle attività motorie e sportive collegate al territorio e alla sua salvaguardia. | Organizzare percorsi motori e sportivi rispettando l'ambiente naturale. |
| Conoscere i principi fondamentali della teoria e alcune metodiche di allenamento. | Distinguere le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica sportiva; assumere posture corrette anche in presenza di carichi. |

STANDARD DELLA COMPETENZA: elabora e attua risposte motorie adeguate in situazioni complesse, assumendo i diversi ruoli nell'attività sportiva. Pianifica progetti e percorsi motori e sportivi.

LIVELLO 3: pianifica e attua azioni motorie personalizzate in situazioni complesse. Rielabora autonomamente in senso critico percorsi motori e sportivi.

LIVELLO 2: realizza risposte motorie adeguate in situazioni complesse, assumendo in autonomia i diversi ruoli e pianifica percorsi motori e sportivi.

LIVELLO 1: esegue azioni motorie in situazioni complesse, utilizzando varie informazioni e adeguandole al contesto. Pianifica percorsi motori e sportivi.

2 LINGUAGGI DEL CORPO

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|--|--|
| Conoscere i codici della comunicazione corporea. | Saper dare significato al movimento. |
| Conoscere tecniche mimico gestuali di espressione corporea. | Esprimere con il movimento emozioni suscitate da altre tipi di linguaggio. |
| Conoscere il caratteristiche della musica e del ritmo in funzione del movimento. | Ideare e realizzare sequenze ritmiche complesse anche in gruppo. |

STANDARD DELLA COMPETENZA: rielabora creativamente il linguaggio espressivo in contesti differenti.

LIVELLO 3: è consapevole di favorire la libera espressione di stati d'animo ed emozione attraverso il linguaggio non verbale.

LIVELLO 2: comunica attraverso un linguaggio specifico ed interpreta i messaggi che trasmette.

LIVELLO 1: riconosce i principali aspetti comunicativi, relazionali e culturali dell'espressività corporea.

3 LO SPORT, LE REGOLE, IL FAIR-PLAY

La pratica degli sport individuali e di squadra dovrà realizzarsi privilegiando la componente educativa, in modo da promuovere in tutti gli studenti la consuetudine all'attività motoria e sportiva.

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|---|--|
| Conoscere teoria e pratica delle tecniche e dei fondamentali individuali e di squadra dei giochi e degli sport. | Trasferire e realizzare le tecniche adattandole alle capacità e alle situazioni diverse. |
| Approfondire la teoria di tattiche e strategie dei giochi e degli sport | Trasferire e realizzare strategie e tattiche nelle attività sportive. |
| Approfondire la terminologia, il regolamento tecnico, il fair play anche in funzione dell'arbitraggio. | Assumere autonomamente diversi ruoli e la funzione di arbitraggio. |
| Conoscere gli aspetti sociali dei giochi e degli sport. | Interpretare gli aspetti sociali dei giochi e degli sport. |

STANDARD DELLA COMPETENZA: pratica autonomamente l'attività sportiva con fair play scegliendo personali tattiche e strategie anche nell'organizzazione, interpretando al meglio la cultura sportiva.

LIVELLO 3: pratica autonomamente l'attività sportiva con fair play scegliendo personali tattiche e strategie anche nell'organizzazione, interpretando al meglio la cultura sportiva.

LIVELLO 2: pratica autonomamente l'attività sportiva con fair play scegliendo personali tattiche e strategie, con attenzione all'aspetto organizzativo e sociale.

LIVELLO 1: è in grado di praticare autonomamente alcune attività sportive scegliendo semplici tattiche e strategie e partecipando all'aspetto organizzativo.

4 SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|------------|----------|
|------------|----------|

| | |
|---|---|
| Conoscere le procedure per la sicurezza ed il primo soccorso. | Adottare comportamenti funzionali alla sicurezza nelle diverse attività; applicare le procedure del primo soccorso. |
| Conoscere i danni di una scorretta alimentazione e i pericoli legati all'uso di sostanze che inducono dipendenza. | Assumere comportamenti attivi rispetto all'alimentazione igiene e salvaguardia da sostanze illecite. |
| Conoscere le problematiche legate alla sedentarietà dal punto di vista fisico e sociale. | Assumere comportamenti fisicamente attivi per migliorare lo stato di benessere. |

STANDARD DELLA COMPETENZA: assumere in maniera consapevole comportamenti orientati a stili di vita attiva applicando i principi di prevenzione e in sicurezza nei diversi ambienti.

LIVELLO 3: assume autonomamente stili di vita attivi applicando i principi di prevenzione, sicurezza e primo soccorso nei vari ambienti, migliorando il proprio benessere

LIVELLO 2: adotta stili di vita attivi per la sicurezza e la prevenzione della salute dando valore all'attività fisica.

LIVELLO 1: adotta comportamenti attivi e in sicurezza, dando valore all'attività fisica e sportiva per migliorare la propria salute e il proprio benessere.

5 CITTADINANZA e COSTITUZIONE

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|---|---|
| Conoscenza degli infortuni più comuni in ambito sportivo Conoscenza delle tecniche di primo soccorso | Sapere intervenire negli infortuni lievi, (piccola traumatologia) con manovre adeguate Sapere affrontare le emergenze in casi gravi |
| Conoscenza dei rischi della sedentarietà | Assumere comportamenti fisicamente attivi per migliorare lo stato di benessere. |
| Conoscenza i principi nutritivi degli alimenti | Programmare una semplice dieta adeguata alla sua età e al suo stile di vita. |

C Approccio metodologico:

Verranno utilizzati, a seconda delle esigenze, il metodo globale o quello analitico.

L'esperienza che si intende offrire è quella di sperimentare, sentire, prendere atto, interiorizzare e memorizzare a livello ideomotorio e di ripetere nella giusta situazione movimenti precisi.

Si cerca sempre di fornire una sintetica spiegazione tecnica e fisiologica degli esercizi, per rendere gli allievi consapevoli del movimento, per far loro "percepire" la parte del corpo interessata, per abituarli ad ascoltare il proprio corpo stimolando la presa di coscienza e migliorando la consapevolezza per prevenire gli infortuni, per aiutarli a riconoscere i propri compensi e disequilibri.

D Organizzazione dell'attività didattica: lezione frontale, gruppi di lavoro, processi individualizzati, cooperative learning ecc...

Lezioni pratiche frontali, esercitazioni individuali, di coppia e di gruppo. Gli argomenti trattati saranno dimostrati dal docente o eventualmente da alunni con spiccata attitudine al tipo di esercizio proposto.

| Articolazione dell'attività didattica in modelli operativi (Lezioni, moduli, U.D., UdA, altro...) | Tempi |
|--|-------------------|
| UDA 1 IL MOVIMENTO <ul style="list-style-type: none"> • Rielaborazione degli schemi motori; • Le capacità motorie: <ol style="list-style-type: none"> 1. le capacità coordinative; 2. le capacità condizionali; | otto settimane |
| UDA 2 ATTIVITA' SPORTIVE INDIVIDUALI <ul style="list-style-type: none"> • Atletica leggera: <ol style="list-style-type: none"> 1. corse di resistenza (andature della corsa) 2. velocità (tecnica della corsa veloce, staffette) 3. partenza dai blocchi • Ginnastica Artistica: pre-acrobatica | otto settimane |
| UDA 3 ATTIVITA' SPORTIVE DI SQUADRA <ul style="list-style-type: none"> • Pallavolo; • Pallacanestro; • Calcio a cinque • Pallamano • Badminton | dodici settimane |
| UDA 4 EDUCAZIONE ALLA SALUTE, INFORTUNI E PRONTO SOCCORSO CORPO E ATTIVITA' <ul style="list-style-type: none"> • Alimentazione e sport. • Norme di comportamento ai fini della prevenzione degli infortuni durante l'attività motoria e la pratica sportiva. • Il corpo umano: fonti d'energia e l'ATP | quattro settimane |
| UDA 5 SPORT COME ABITUDINE DI VITA Progetto difesa personale (previa approvazione consiglio di classe) | quattro settimane |

E Risorse e strumenti:
testi in adozione, laboratori, TIC ecc...:

Il lavoro sarà svolto utilizzando tutti gli spazi ed attrezzature sportive disposizione della palestra (palestra Umberto I o palestra Sant'Alvise) e attività svolte in ambiente naturale; inoltre verrà utilizzato il libro di testo consigliato e materiale fornito dall'insegnante

F Verifiche e Valutazione: numero e tipologia delle verifiche dell'apprendimento previste per conoscenze, abilità e competenze. Criteri e griglie di valutazione.

La valutazione sarà la risultante della sistematica osservazione dei processi di apprendimento. Si terrà conto del livello di partenza e del grado di preparazione raggiunto in relazione agli obiettivi prefissati in termini di conoscenze, competenze e capacità. La valutazione si baserà anche sull'interesse, sull'impegno e sulla partecipazione, sulla costanza nell'applicazione e sull'autodisciplina, oltre, all'eventuale impegno profuso nelle attività parascolastiche. Per la verifica delle conoscenze saranno utilizzati dei questionari a risposta multipla e/o aperta e verifiche orali mentre per la verifica delle abilità e delle capacità saranno utilizzati prove individuali e di squadra. Ai fini della valutazione di ogni alunno saranno utilizzati l'osservazione dell'alunno durante le lezioni e la misurazione dei risultati ottenuti nei test e nelle prove pratiche. La valutazione sarà espressa con voti dall'uno al dieci, sulla base dei criteri stabiliti in sede di dipartimento. Il numero minimo di verifiche previste è di due nel primo trimestre e tre nel secondo pentamestre.

Per gli studenti esonerati verrà valutato:

- il coinvolgimento nel lavoro di arbitraggio e di organizzazione di gare e tornei.
- le conoscenze teoriche.

Per gli alunni in difficoltà si attueranno interventi adeguati alle loro possibilità e capacità e mirati al raggiungimento degli obiettivi minimi.

Criteri di valutazione (con tipologia di verifica)

| Voto in decimi | Competenze relazionali | Partecipazione | Rispetto delle regole | Metodo | Conoscenze | Possesso competenze |
|----------------|----------------------------|----------------------------------|------------------------------------|---------------------------|-------------------------|--|
| 10 | Propositivo leader | Costruttiva sempre | Condivisione e autocontrollo | Rielaborativo critico | Approfondita disinvolta | Livello 3 eccelle (esperto) |
| 9 | Collaborativo | Efficace (quasi sempre) | Applicazione e sicura costante | Organizzato sistematico | Certa sicura | Livello 3 supera (abile competente) |
| 8 | Disponibile | Attiva e pertinente | Conoscenza applicazione | Organizzato | Soddisfacente | Livello 2 supera (competente) |
| 7 | Selettivo | Attiva (sovente) | Conoscenza delle regole principali | Mnemonico meccanico | Globale | Livello 2 possiede (principiante avanzato) |
| 6 | Dipendente poco affidabile | Dispersiva settoriale (talvolta) | Guidata essenziale | Superficiale difficoltoso | Essenziale parziale | Livello 1 possiede (principiante) |
| 5 | Conflittuale passivo | Oppositiva passiva | Rifiuto insofferenza | Non ha metodo | Non conosce | Livello 0 non possiede incompetente |

G. Raccordi interdisciplinari

Decisi in concertazione con le componenti degli assi disciplinari.

I. Strategie che si intende attivare per il recupero e/o la valorizzazione delle eccellenze

Per gli alunni che presentano particolari difficoltà, si prevede il recupero in itinere attraverso esercizi individualizzati mirati al recupero di abilità di base non del tutto acquisite.

L. Attività PTCO classi terze, classi quarte e quinte

La classe partecipa alla seguente attività con il riconoscimento DI N.6 ORE TOTALI DI PCTO: Sistema 118, primo soccorso e tecniche pratiche di rianimazione; la lezione sarà tenuta dal personale C.O. 118 SUEM, Provincia di Venezia per n.3 ore; lezione tenuta dalla docente per n.3 con valutazione finale.

Venezia, 19 ottobre 2019

IL DOCENTE

Prof.ssa GIOVANNA IACOPOZZI

PROGRAMMAZIONE INDIVIDUALE ANNUALE

Prof.ssa IACOPOZZI GIOVANNA

Classe 4D Materia SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Anno Scolastico 2019/2020

B ► Obiettivi generali da raggiungere:

L'insegnamento della disciplina dovrà portare l'alunno ad avere padronanza della propria corporeità e del movimento e ad essere consapevole delle potenzialità delle scienze motorie e sportive per il suo benessere individuale.

A tal fine sono stati individuati i seguenti obiettivi generali:

- 1) La percezione di se' e il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive
- 2) Lo sport, le regole, il fair-play
- 3) Salute, benessere, sicurezza e prevenzione
- 4) Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico

► Obiettivi educativi e cognitivi trasversali:

L'insegnamento della disciplina si propone le seguenti finalità:

- favorire l'armonico sviluppo globale dell'adolescente agendo sull'area corporea;
- rendere l'adolescente cosciente della sua corporeità al fine di aiutarlo a superare le difficoltà tipiche dell'età che riguardano la sfera corporea;
- facilitare l'acquisizione di un'abitudine alla motricità che tenda a promuovere la pratica sportiva come costume di vita;
- favorire la scoperta e l'orientamento delle attitudini motorie personali che possano essere coltivate anche dopo l'esperienza scolastica.

► Risultati di apprendimento:

Per ogni obiettivo specifico (competenza) è possibile individuare l'ambito delle relative conoscenze e abilità.

L'azione di consolidamento e di sviluppo delle conoscenze e delle abilità proseguirà al fine di migliorare la formazione motoria e sportiva degli studenti.

1 MOVIMENTO (PERCEZIONE DI SE' E IL COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITÀ MOTORIE ED ESPRESSIVE)

| CONOSCENZE | ABILITÀ |
|---|--|
| Conoscere le proprie potenzialità e i propri punti di forza e criticità. | Ampliare le capacità coordinative e condizionali realizzando schemi motorie complessi utili ad affrontare attività motorie e sportive. |
| Conoscere il ritmo delle azioni motorie e sportive complesse. | Percepire e riprodurre e variare i ritmi delle azioni. |
| Conoscere le caratteristiche delle attività motorie e sportive collegate al territorio e alla sua salvaguardia. | Organizzare percorsi motori e sportivi rispettando l'ambiente naturale. |
| Conoscere i principi fondamentali della teoria e alcune metodiche di allenamento. | Distinguere le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica sportiva; assumere posture corrette anche in presenza di carichi. |

STANDARD DELLA COMPETENZA: elabora e attua risposte motorie adeguate in situazioni complesse, assumendo i diversi ruoli nell'attività sportiva. Pianifica progetti e percorsi motori e sportivi.

LIVELLO 3: pianifica e attua azioni motorie personalizzate in situazioni complesse. Rielabora autonomamente in senso critico percorsi motori e sportivi.

LIVELLO 2: realizza risposte motorie adeguate in situazioni complesse, assumendo in autonomia i diversi ruoli e pianifica percorsi motori e sportivi.

LIVELLO 1: esegue azioni motorie in situazioni complesse, utilizzando varie informazioni e adeguandole al contesto. Pianifica percorsi motori e sportivi.

2 LINGUAGGI DEL CORPO

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|--|--|
| Conoscere i codici della comunicazione corporea. | Saper dare significato al movimento. |
| Conoscere tecniche mimico gestuali di espressione corporea. | Esprimere con il movimento emozioni suscitate da altre tipi di linguaggio. |
| Conoscere il caratteristiche della musica e del ritmo in funzione del movimento. | Ideare e realizzare sequenze ritmiche complesse anche in gruppo. |

STANDARD DELLA COMPETENZA: rielabora creativamente il linguaggio espressivo in contesti differenti.

LIVELLO 3: è consapevole di favorire la libera espressione di stati d'animo ed emozione attraverso il linguaggio non verbale.

LIVELLO 2: comunica attraverso un linguaggio specifico ed interpreta i messaggi che trasmette.

LIVELLO 1: riconosce i principali aspetti comunicativi, relazionali e culturali dell'espressività corporea.

3 LO SPORT, LE REGOLE, IL FAIR-PLAY

La pratica degli sport individuali e di squadra dovrà realizzarsi privilegiando la componente educativa, in modo da promuovere in tutti gli studenti la consuetudine all'attività motoria e sportiva.

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|---|--|
| Conoscere teoria e pratica delle tecniche e dei fondamentali individuali e di squadra dei giochi e degli sport. | Trasferire e realizzare le tecniche adattandole alle capacità e alle situazioni diverse. |
| Approfondire la teoria di tattiche e strategie dei giochi e degli sport | Trasferire e realizzare strategie e tattiche nelle attività sportive. |
| Approfondire la terminologia, il regolamento tecnico, il fair play anche in funzione dell'arbitraggio. | Assumere autonomamente diversi ruoli e la funzione di arbitraggio. |
| Conoscere gli aspetti sociali dei giochi e degli sport. | Interpretare gli aspetti sociali dei giochi e degli sport. |

STANDARD DELLA COMPETENZA: pratica autonomamente l'attività sportiva con fair play scegliendo personali tattiche e strategie anche nell'organizzazione, interpretando al meglio la cultura sportiva.

LIVELLO 3: pratica autonomamente l'attività sportiva con fair play scegliendo personali tattiche e strategie anche nell'organizzazione, interpretando al meglio la cultura sportiva.

LIVELLO 2: pratica autonomamente l'attività sportiva con fair play scegliendo personali tattiche e strategie, con attenzione all'aspetto organizzativo e sociale.

LIVELLO 1: è in grado di praticare autonomamente alcune attività sportive scegliendo semplici tattiche e strategie e partecipando all'aspetto organizzativo.

4 SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|------------|----------|
|------------|----------|

| | |
|---|---|
| Conoscere le procedure per la sicurezza ed il primo soccorso. | Adottare comportamenti funzionali alla sicurezza nelle diverse attività; applicare le procedure del primo soccorso. |
| Conoscere i danni di una scorretta alimentazione e i pericoli legati all'uso di sostanze che inducono dipendenza. | Assumere comportamenti attivi rispetto all'alimentazione igiene e salvaguardia da sostanze illecite. |
| Conoscere le problematiche legate alla sedentarietà dal punto di vista fisico e sociale. | Assumere comportamenti fisicamente attivi per migliorare lo stato di benessere. |

STANDARD DELLA COMPETENZA: assumere in maniera consapevole comportamenti orientati a stili di vita attiva applicando i principi di prevenzione e in sicurezza nei diversi ambienti.

LIVELLO 3: assume autonomamente stili di vita attivi applicando i principi di prevenzione, sicurezza e primo soccorso nei vari ambienti, migliorando il proprio benessere

LIVELLO 2: adotta stili di vita attivi per la sicurezza e la prevenzione della salute dando valore all'attività fisica.

LIVELLO 1: adotta comportamenti attivi e in sicurezza, dando valore all'attività fisica e sportiva per migliorare la propria salute e il proprio benessere.

5 CITTADINANZA e COSTITUZIONE

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|---|---|
| Conoscenza degli infortuni più comuni in ambito sportivo Conoscenza delle tecniche di primo soccorso | Sapere intervenire negli infortuni lievi, (piccola traumatologia) con manovre adeguate Sapere affrontare le emergenze in casi gravi |
| Conoscenza dei rischi della sedentarietà | Assumere comportamenti fisicamente attivi per migliorare lo stato di benessere. |
| Conoscenza i principi nutritivi degli alimenti | Programmare una semplice dieta adeguata alla sua età e al suo stile di vita. |

C Approccio metodologico:

Verranno utilizzati, a seconda delle esigenze, il metodo globale o quello analitico.

L'esperienza che si intende offrire è quella di sperimentare, sentire, prendere atto, interiorizzare e memorizzare a livello ideomotorio e di ripetere nella giusta situazione movimenti precisi.

Si cerca sempre di fornire una sintetica spiegazione tecnica e fisiologica degli esercizi, per rendere gli allievi consapevoli del movimento, per far loro "percepire" la parte del corpo interessata, per abituarli ad ascoltare il proprio corpo stimolando la presa di coscienza e migliorando la consapevolezza per prevenire gli infortuni, per aiutarli a riconoscere i propri compensi e disequilibri.

D Organizzazione dell'attività didattica: lezione frontale, gruppi di lavoro, processi individualizzati, cooperative learning ecc...

Lezioni pratiche frontali, esercitazioni individuali, di coppia e di gruppo. Gli argomenti trattati saranno dimostrati dal docente o eventualmente da alunni con spiccata attitudine al tipo di esercizio proposto.

| Articolazione dell'attività didattica in modelli operativi (Lezioni, moduli, U.D., UdA, altro...) | Tempi |
|--|-------------------|
| UDA 1 IL MOVIMENTO <ul style="list-style-type: none"> • Rielaborazione degli schemi motori; • Le capacità motorie: <ol style="list-style-type: none"> 1. le capacità coordinative; 2. le capacità condizionali; | otto settimane |
| UDA 2 ATTIVITA' SPORTIVE INDIVIDUALI <ul style="list-style-type: none"> • Atletica leggera: <ol style="list-style-type: none"> 1. corse di resistenza (andature della corsa) 2. velocità (tecnica della corsa veloce, staffette) 3. salto in alto • Ginnastica Artistica: pre-acrobatica | otto settimane |
| UDA 3 ATTIVITA' SPORTIVE DI SQUADRA <ul style="list-style-type: none"> • Pallavolo; • Pallacanestro; • Calcio a cinque • Pallamano • Badminton | dodici settimane |
| UDA 4 EDUCAZIONE ALLA SALUTE, INFORTUNI E PRONTO SOCCORSO CORPO E ATTIVITA' <ul style="list-style-type: none"> • Alimentazione e sport. • Norme di comportamento ai fini della prevenzione degli infortuni durante l'attività motoria e la pratica sportiva. • Le dipendenze: fumo, alcol e droghe; le dipendenze comportamentali | quattro settimane |
| UDA 5 SPORT COME ABITUDINE DI VITA Progetto Vertical Suspension Training (previa approvazione consiglio di classe) | quattro settimane |

E Risorse e strumenti:
testi in adozione, laboratori, TIC ecc...:

Il lavoro sarà svolto utilizzando tutti gli spazi ed attrezzature sportive disposizione della palestra (palestra Umberto I o palestra Sant'Alvise) e attività svolte in ambiente naturale; inoltre verrà utilizzato il libro di testo consigliato e materiale fornito dall'insegnante

F Verifiche e Valutazione: numero e tipologia delle verifiche dell'apprendimento previste per conoscenze, abilità e competenze. Criteri e griglie di valutazione.

La valutazione sarà la risultante della sistematica osservazione dei processi di apprendimento. Si terrà conto del livello di partenza e del grado di preparazione raggiunto in relazione agli obiettivi prefissati in termini di conoscenze, competenze e capacità. La valutazione si baserà anche sull'interesse, sull'impegno e sulla partecipazione, sulla costanza nell'applicazione e sull'autodisciplina, oltre, all'eventuale impegno profuso nelle attività parascolastiche. Per la verifica delle conoscenze saranno utilizzati dei questionari a risposta multipla e/o aperta e verifiche orali mentre per la verifica delle abilità e delle capacità saranno utilizzati prove individuali e di squadra. Ai fini della valutazione di ogni alunno saranno utilizzati l'osservazione dell'alunno durante le lezioni e la misurazione dei risultati ottenuti nei test e nelle prove pratiche. La valutazione sarà espressa con voti dall'uno al dieci, sulla base dei criteri stabiliti in sede di dipartimento. Il numero minimo di verifiche previste è di due nel primo trimestre e tre nel secondo pentamestre.

Per gli studenti esonerati verrà valutato:

- il coinvolgimento nel lavoro di arbitraggio e di organizzazione di gare e tornei.
- le conoscenze teoriche.

Per gli alunni in difficoltà si attueranno interventi adeguati alle loro possibilità e capacità e mirati al raggiungimento degli obiettivi minimi.

Criteri di valutazione (con tipologia di verifica)

| Voto in decimi | Competenze relazionali | Partecipazione | Rispetto delle regole | Metodo | Conoscenze | Possesso competenze |
|-----------------------|-------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|---------------------------|-------------------------|--|
| 10 | Propositivo leader | Costruttiva sempre | Condivisione e autocontrollo | Rielaborativo o critico | Approfondita disinvolta | Livello 3 eccelle (esperto) |
| 9 | Collaborativo | Efficace (quasi sempre) | Applicazione e sicura costante | Organizzato sistematico | Certa sicura | Livello 3 supera (abile competente) |
| 8 | Disponibile | Attiva e pertinente | Conoscenza applicazione | Organizzato | Soddisfacente | Livello 2 supera (competente) |
| 7 | Selettivo | Attiva (sovente) | Conoscenza delle regole principali | Mnemonico meccanico | Globale | Livello 2 possiede (principiante avanzato) |
| 6 | Dipendente poco affidabile | Dispersiva settoriale (talvolta) | Guidata essenziale | Superficiale difficoltoso | Essenziale parziale | Livello 1 possiede (principiante) |
| 5 | Conflittuale passivo | Oppositiva passiva | Rifiuto insofferenza | Non ha metodo | Non conosce | Livello 0 non possiede incompetente |

G. Raccordi interdisciplinari

Decisi in concertazione con le componenti degli assi disciplinari.

I. Strategie che si intende attivare per il recupero e/o la valorizzazione delle eccellenze

Per gli alunni che presentano particolari difficoltà, si prevede il recupero in itinere attraverso esercizi individualizzati mirati al recupero di abilità di base non del tutto acquisite.

Venezia, 19 ottobre 2019

IL DOCENTE

Prof.ssa GIOVANNA IACOPOZZI

PROGRAMMAZIONE INDIVIDUALE ANNUALE

Prof.ssa Giovanna Iacopozzi

Classe 5 D Materia Scienze Motorie e Sportive

Anno Scolastico 2019/2020

B ► Obiettivi generali da raggiungere:

L'insegnamento della disciplina dovrà portare l'alunno ad avere padronanza della propria corporeità e del movimento e ad essere consapevole delle potenzialità delle scienze motorie e sportive per il suo benessere individuale. Inoltre si comincerà a porre le basi affinché, alla fine del triennio, l'alunno sia in grado di svolgere compiti e risolvere problemi in situazioni note, mostrando di possedere conoscenze e abilità essenziali e di saper applicare le regole e le procedure fondamentali della materia.

A tal fine sono stati individuati i seguenti obiettivi generali:

- 1) movimento (percezione di sé e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie)
- 2) linguaggi del corpo
- 3) gioco-sport
- 4) salute, benessere e prevenzione

► Obiettivi educativi e cognitivi trasversali:

L'insegnamento della disciplina si propone le seguenti finalità:

- favorire l'armonico sviluppo globale dell'adolescente agendo sull'area corporea;
- rendere l'adolescente cosciente della sua corporeità al fine di aiutarlo a superare le difficoltà tipiche dell'età che riguardano la sfera corporea;
- facilitare l'acquisizione di un'abitudine alla motricità che tenda a promuovere la pratica sportiva come costume di vita;
- favorire la scoperta e l'orientamento delle attitudini motorie personali che possano essere coltivate anche dopo l'esperienza scolastica.

► Risultati di apprendimento:

Per ogni obiettivo specifico (competenza) è possibile individuare l'ambito delle relative conoscenze e abilità.

La personalità dello studente sarà valorizzata attraverso la diversificazione delle attività utili ad orientare le attitudini personali in modo da far acquisire abilità molteplici trasferibili in qualunque altro contesto di vita, finalizzati all'acquisizione di corretti stili di vita.

1 MOVIMENTO (PERCEZIONE DI SE' E IL COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITA' MOTORIE ED ESPRESSIVE)

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|--|--|
| Riconoscere le diverse caratteristiche personali in ambito motorio e sportivo. | Avere consapevolezza delle proprie capacità coordinative e condizionali, affrontare attività motorie e sportive. |
| Riconoscere il ritmo delle azioni motorie e sportive complesse. | Padroneggiare e riprodurre e variare i ritmi delle azioni. |
| Conoscere le caratteristiche del territorio e le azioni per tutelarlo in prospettiva di tutto l'arco della vita. | Mettere in atto comportamenti responsabili e corretti stili di vita (long life learning). |
| Conoscere i principi fondamentali della teoria e delle metodiche di allenamento. | Trasferire ed applicare metodi di allenamento con autovalutazione. |

STANDARD DELLA COMPETENZA: elabora e attua risposte motorie adeguate in situazioni complesse, assumendo i diversi ruoli nell'attività sportiva. Pianifica progetti e percorsi motori e sportivi.

LIVELLO 3: pianifica e attua azioni motorie personalizzate in situazioni complesse. Rielabora autonomamente in senso critico percorsi motori e sportivi.

LIVELLO 2: realizza risposte motorie adeguate in situazioni complesse, assumendo in autonomia i diversi ruoli e pianifica percorsi motori e sportivi.

LIVELLO 1: esegue azioni motorie in situazioni complesse, utilizzando varie informazioni e adeguandole al contesto. Pianifica percorsi motori e sportivi.

2 LINGUAGGI DEL CORPO

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|---|--|
| Conoscere possibili interazioni tra linguaggi espressivi ed altri contesti. | Padroneggiare gli aspetti comunicativi e relazionali dell'espressività corporea. |
| Conoscere la comunicazione non verbale per migliorare l'espressività nelle relazioni interpersonali | Individuare fra le diverse tecniche espressive quella più congeniale alla propria modalità espressiva. |
| Conoscere il caratteristiche della musica e del ritmo in funzione del movimento. | Ideare e realizzare sequenze ritmiche complesse individuale, a coppie ed in gruppo. |

STANDARD DELLA COMPETENZA: rielabora creativamente il linguaggio espressivo in contesti differenti.

LIVELLO 3: è consapevole di favorire la libera espressione di stati d'animo ed emozione attraverso il linguaggio non verbale.

LIVELLO 2: comunica attraverso un linguaggio specifico ed interpreta i messaggi che trasmette.

LIVELLO 1: riconosce i principali aspetti comunicativi, relazionali e culturali dell'espressività corporea.

3 LO SPORT, LE REGOLE, IL FAIR-PLAY

La pratica degli sport individuali e di squadra dovrà realizzarsi privilegiando la componente educativa, in modo da promuovere in tutti gli studenti la consuetudine all'attività motoria e sportiva.

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|--|---|
| Approfondire la conoscenza e la pratica delle tecniche e dei fondamentali individuali e di squadra dei giochi e degli sport. | Trasferire autonomamente le tecniche sportive adattandole a situazioni diverse. |
| Sviluppare le tattiche e le strategie dei giochi e degli sport | Trasferire e realizzare autonomamente strategie e tattiche nelle attività sportive. |
| Padroneggiare la terminologia, il regolamento tecnico, il fair play e modelli organizzativi. | Svolgere ruoli di organizzazione e direzione di eventi sportivi scolastici. |
| Conoscere i fenomeni di massa legati al mondo sportivo. | Interpretare con senso critico fenomeni di massa del mondo sportivo (tifo, doping e scommesse). |

STANDARD DELLA COMPETENZA: pratica autonomamente l'attività sportiva con fair play scegliendo personali tattiche e strategie anche nell'organizzazione, interpretando al meglio la cultura sportiva.

LIVELLO 3: pratica autonomamente l'attività sportiva con fair play scegliendo personali tattiche e strategie anche nell'organizzazione, interpretando al meglio la cultura sportiva.

LIVELLO 2: pratica autonomamente l'attività sportiva con fair play scegliendo personali tattiche e strategie, con attenzione all'aspetto organizzativo e sociale.

LIVELLO 1: è in grado di praticare autonomamente alcune attività sportive scegliendo semplici tattiche e strategie e partecipando all'aspetto organizzativo.

4 SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|------------|----------|
|------------|----------|

| | |
|--|---|
| Conoscere i protocolli vigenti rispetto alla sicurezza ed al primo soccorso degli specifici infortuni. | Prevenire autonomamente gli infortuni e sapere applicare le procedure del primo soccorso. |
| Approfondire gli aspetti scientifici e sociali delle problematiche alimentari, delle dipendenze e delle sostanze illecite. | Scegliere autonomamente di adottare corretti stili di vita. |
| Approfondire gli aspetti positivi di uno stile di vita attivo per il benessere fisico e sociale della persona. | Adottare stili di vita attivi che durino nel tempo e comportamenti fisicamente attivi per migliorare lo stato di benessere. |

STANDARD DELLA COMPETENZA: assumere in maniera consapevole comportamenti orientati a stili di vita attiva applicando i principi di prevenzione e in sicurezza nei diversi ambienti.

LIVELLO 3: assume autonomamente stili di vita attivi applicando i principi di prevenzione, sicurezza e primo soccorso nei vari ambienti, migliorando il proprio benessere

LIVELLO 2: adotta stili di vita attivi per la sicurezza e la prevenzione della salute dando valore all'attività fisica

LIVELLO 1: adotta comportamenti attivi e in sicurezza, dando valore all'attività fisica e sportiva per migliorare la propria salute e il proprio benessere.

5 CITTADINANZA e COSTITUZIONE

| CONOSCENZE | ABILITA' |
|---|---|
| Conoscere i rischi del doping | Saper evitare sostanze chimiche o naturali che possano modificare artificialmente la propria performance sportiva |
| Conoscere i fenomeni di massa legati al mondo sportivo. | Interpretare con senso critico fenomeni di massa del mondo sportivo (tifo, doping e scommesse). |

C Approccio metodologico:

Verranno utilizzati, a seconda delle esigenze, il metodo globale o quello analitico.

L'esperienza che si intende offrire è quella di sperimentare, sentire, prendere atto, interiorizzare e memorizzare a livello ideomotorio e di ripetere nella giusta situazione movimenti precisi.

Si cerca sempre di fornire una sintetica spiegazione tecnica e fisiologica degli esercizi, per rendere gli allievi consapevoli del movimento, per far loro "percepire" la parte del corpo interessata, per abituarli ad ascoltare il proprio corpo stimolando la presa di coscienza e migliorando la consapevolezza per prevenire gli infortuni, per aiutarli a riconoscere i propri compensi e disequilibri.

D Organizzazione dell'attività didattica: lezione frontale, gruppi di lavoro, processi individualizzati, cooperative learning ecc...

Lezioni pratiche frontali, esercitazioni individuali, di coppia e di gruppo. Gli argomenti trattati saranno dimostrati dal docente o eventualmente da alunni con attitudine al tipo di esercizio proposto.

| Articolazione dell'attività didattica in modelli operativi (Lezioni, moduli, U.D., UdA, altro...) | Tempi |
|---|------------------|
| UDA 1 IL MOVIMENTO <ul style="list-style-type: none"> • Le capacità motorie: <ol style="list-style-type: none"> 1. le capacità coordinative; 2. le capacità condizionali; | otto settimane |
| UDA 2 ATTIVITA' SPORTIVE INDIVIDUALI <ul style="list-style-type: none"> • Atletica leggera: <ol style="list-style-type: none"> 1. corse di resistenza (andature della corsa) 2. velocità (tecnica della corsa veloce, staffette) • Ginnastica Artistica: pre-acrobatica | otto settimane |
| UDA 3 ATTIVITA' SPORTIVE DI SQUADRA <ul style="list-style-type: none"> • Pallavolo; • Pallacanestro; • Calcio a cinque • Pallamano • Badminton | dodici settimane |
| UDA 4 EDUCAZIONE ALLA SALUTE, INFORTUNI E PRONTO SOCCORSO CORPO E ATTIVITA' <ul style="list-style-type: none"> • Vizi di portamento • Norme di comportamento ai fini della prevenzione degli infortuni durante l'attività motoria e la pratica sportiva. • Il doping e le sostanze illegali nello sport | due settimane |
| UDA 5 SPORT COME ABITUDINE DI VITA Teoria e pratica dell'allenamento: rielaborazione di quanto già trattato negli anni precedenti con preparazione di lezione pratica da parte degli studenti, in gruppo (2 o 3) o singolarmente Progetto: attività ancora da definire e comunque previa approvazione consiglio di classe | sei settimane |

E Risorse e strumenti:

testi in adozione, laboratori, TIC ecc...:

Il lavoro sarà svolto utilizzando tutti gli spazi ed attrezzature sportive disposizione della palestra (palestre Umberto I/Sant'Alvise) e attività svolte in ambiente naturale; inoltre verrà utilizzato il libro di testo consigliato (P. Del Nista - J. Parker - A. Tasselli – Titolo: Più che sportivo - ed D'Anna), fotocopie e riviste sportive fornite dall'insegnante, internet e DVD

F Verifiche e Valutazione: numero e tipologia delle verifiche dell'apprendimento previste per conoscenze, abilità e competenze. Criteri e griglie di valutazione.

La valutazione sarà la risultante della sistematica osservazione dei processi di apprendimento. Si terrà conto del livello di partenza e del grado di preparazione raggiunto in relazione agli obiettivi prefissati in termini di conoscenze, competenze e capacità. La valutazione si baserà anche sull'interesse, sull'impegno e sulla partecipazione, sulla costanza nell'applicazione e sull'autodisciplina, oltre, all'eventuale impegno profuso nelle attività parascolastiche. Per la verifica delle conoscenze saranno utilizzati dei questionari a risposta multipla e/o aperta e verifiche orali mentre per la verifica delle abilità e delle capacità saranno utilizzati prove individuali e di squadra. La valutazione sarà espressa con voti dall'uno al dieci, sulla base dei criteri stabiliti in sede di dipartimento. Il numero minimo di verifiche previste è di due nel primo trimestre e tre nel secondo pentamestre.

Per gli studenti esonerati verrà valutato:

- il coinvolgimento nel lavoro di arbitraggio e di organizzazione di gare e tornei.
- le conoscenze teoriche.

Per gli alunni in difficoltà si attueranno interventi adeguati alle loro possibilità e capacità e mirati al raggiungimento degli obiettivi minimi.

Criteri di valutazione (con tipologia di verifica)

| Voto in decimi | Competenze relazionali | Partecipazione | Rispetto delle regole | Metodo | Conoscenze | Possesso competenze |
|----------------|----------------------------|----------------------------------|------------------------------------|---------------------------|-------------------------|--|
| 10 | Propositivo leader | Costruttiva sempre | Condivisione e autocontrollo | Rielaborativo critico | Approfondita disinvolta | Livello 3 eccelle (esperto) |
| 9 | Collaborativo | Efficace (quasi sempre) | Applicazione sicura costante | Organizzato sistematico | Certa sicura | Livello 3 supera (abile competente) |
| 8 | Disponibile | Attiva e pertinente | Conoscenza applicazione | Organizzato | Soddisfacenti | Livello 2 supera (competente) |
| 7 | Selettivo | Attiva (sovente) | Conoscenza delle regole principali | Mnemonico meccanico | Globale | Livello 2 possiede (principiante avanzato) |
| 6 | Dipendente poco affidabile | Dispersiva settoriale (talvolta) | Guidata essenziale | Superficiale difficoltoso | Essenziale parziale | Livello 1 possiede (principiante) |
| 5 | Conflittuale passivo | Oppositiva passiva | Rifiuto insofferenza | Non ha metodo | Non conosce | Livello 0 non possiede incompetente |

G. Raccordi interdisciplinari

Decisi in concertazione con le componenti degli assi disciplinari.

I. Strategie che si intende attivare per il recupero e/o la valorizzazione delle eccellenze

Per gli alunni che presentano particolari difficoltà, si prevede il recupero in itinere attraverso esercizi individualizzati mirati al recupero di abilità di base non del tutto acquisite.

Venezia, 19 ottobre 2019

IL DOCENTE

Prof.ssa GIOVANNA IACOPOZZI