

PROGETTAZIONE DISCIPLINARE PER COMPETENZE

ANNO SCOLASTICO: 2023/2024

CLASSE : V SEZIONE: A INDIRIZZO: Classico

N° ALUNNI : 25

DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

DOCENTE: Prof. PENNACCHIO PASQUALE

N° di ore settimanali : 2

1. ANALISI DELLA SITUAZIONE DI PARTENZA

1.1 Profilo generale della classe

(caratteristiche comportamentali, atteggiamento verso la materia, partecipazione, interessi, motivazioni, competenze, conoscenze, metodo di studio)

La classe è composta da 25 alunni, 16 femmine e 9 maschi. In queste prime settimane dell'anno scolastico non sono state riscontrate particolari problematiche dal punto di vista disciplinare. Gli allievi mostrano di avere maturato, nei quattro anni scolastici trascorsi, le norme di comportamento basilari per il buon andamento della vita scolastica, seguono generalmente con interesse l'attività didattica, i rapporti interpersonali appaiono, nel complesso, aperti e collaborativi. La partecipazione al dialogo didattico-educativo è costante e proficua. Nel complesso, il rendimento scolastico dell'intera classe risulta attestarsi su un livello medio/alto. Relativamente all'aspetto didattico, i livelli sono generalmente soddisfacenti anche se risulta diversificato il grado di preparazione e l'impegno profuso. Si evidenzia la presenza di un consistente gruppo di alunni che possiede buoni prerequisiti di base e desidera migliorare le proprie conoscenze e competenze; un altro gruppo, assume un atteggiamento positivo e disponibile in classe, ma l'impegno profuso non sempre è costante; solo qualche allievo pur manifestando una certa propensione verso le attività proposte, spesso assume un atteggiamento passivo e poco collaborativo, determinato anche dalle carenze pregresse e da un metodo di studio non ancora efficace.

1.2. Alunni con bisogni educativi speciali

Non ci sono alunni con bisogni educativi speciali

1.3. Alunni che necessitano di percorsi personalizzati

(alunni segnalati dal c.d.c. come bisognosi di strategie e modalità di approccio e studio personalizzate)

Non ci sono alunni che necessitano di percorsi personalizzati

1.4. Livelli di partenza rilevati

Livello basso (voti inferiori alla sufficienza)	Livello medio (voti 6-7)	Livello alto (voti 8-9-10)
N. alunni (voto 5): _____	N. alunni: 5	N. alunni: 20

N. alunni (voto inferiore al 5): _____		
--	--	--

1.5 Fonti di rilevazione dei dati

(se si è adottata una prova di ingresso differente da quella concordata con gli altri docenti della stessa disciplina, allegarne copia)

Griglie e questionari conoscitivi
Test motori

2. QUADRO DELLE COMPETENZE

Asse culturale:

(Specificare, solo per il biennio: dei linguaggi, matematico, scientifico-tecnologico, storico-sociale, come da D.M. 139/2007)

<p>Competenze disciplinari essenziali</p> <p style="text-align: center;">finali</p> <p><i>(individuate nel testo delle "Indicazioni Nazionali" o già definite all'interno del Dipartimento disciplinare, ma adattate, modificate ed integrate in funzione della situazione della classe e delle finalità educative del PTOF; per il biennio fare riferimento anche alle competenze individuate nell'Allegato 1, del D.M. 139/2007)</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• Aver acquisito il valore della propria corporeità come manifestazione di una personalità equilibrata e stabile• Aver consolidato una cultura motoria e sportiva quale costume di vita• Aver raggiunto un completo sviluppo corporeo e della capacità attraverso l'utilizzo e l'incremento delle capacità motorie e delle funzioni neuromuscolari• Aver acquisito una solida conoscenza e pratica di alcuni sport individuali e di squadra valorizzando le attitudini personali• Aver sperimentato e compreso il valore del linguaggio del corpo• Aver affrontato e assimilato problemi legati all'alimentazione, alla sicurezza in ambito sportivo e alla propria condizione fisica, utili per acquisire un corretto e sano stile di vita• Aver acquisito una conoscenza ed un'esperienza diretta in ambito sportivo nei diversi ruoli per poter valutare e apprezzare lo sport come valore di confronto e come momento formativo utile a favorire l'acquisizione di comportamenti sociali corretti per un inserimento consapevole nella società e nel mondo del lavoro
--	---

2.1 Articolazione delle competenze in Obiettivi specifici di apprendimento e conoscenze

(Lo schema va ripetuto per tutte le competenze individuate; può contenere O.S.A. e contenuti differenti. Se occorre, le competenze che ricadono sugli stessi o.s.a. e/o sui medesimi contenuti possono essere accomunate)

COMPETENZA 1: Controllare il corpo e utilizzare le informazioni sensoriali in situazioni strutturate; avere consapevolezza delle proprie capacità e svolgere attività in coerenza con le competenze possedute; conoscere alcuni dei fenomeni connessi al mondo dell'attività motoria e sportiva proposta nell'attuale contesto socio-culturale .

<p>O.S.A. La percezione di sè ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive</p>	<p>CONOSCENZE/CONTENUTI</p>	<p>TIPOLOGIA DI VERIFICA</p>
<p>favorire un produttivo recupero delle competenze motorie di base, al fine di migliorare il rendimento complessivo medio degli studenti, non strettamente limitata alla sfera motoria, ma estesa all'intera area cognitiva;</p> <p>favorire l'armonico sviluppo psico-fisico dello studente, aiutandolo a superare difficoltà e contraddizioni tipiche dell'età;</p> <p>acquisire abitudini allo sport come stile di vita.</p>	<p>Teoria</p> <p>Fisiologia umana applicata all'attività fisica; Sistema nervoso centrale e periferico; Funzione motoria; Controllo volontario dei movimenti; Modalità di contrazione; Effetti dello sport sull'apparato scheletrico, articolare, muscolare, nervoso, cardiocircolatorio, respiratorio;</p>	<ul style="list-style-type: none"> • A livello orale, attraverso interrogazioni • A livello scritto, attraverso domande a risposta aperta e prove strutturate (vero/falso, scelte multiple).

COMPETENZA 2: Conoscere i principali valori sociali dello sport e possedere sufficienti abilità in diverse attività sportive; conoscere le tecniche di base e alcune tattiche di gioco degli sport praticati e partecipare con fair play.

O.S.A.	CONOSCENZE/CONTENUTI	TIPOLOGIA DI VERIFICA
Lo sport, le regole e il fair play		
<p>- acquisire abitudini allo sport come costume di vita.</p> <p>- promuovere attività sportive e favorire situazioni di sano confronto agonistico, tenere in campo e fuori un comportamento leale e sportivo.</p>	<p>Codice Europeo dell'etica sportiva; Principi dell'allenamento sportivo e le metodologie; Lavoro di valutazione e verifica autonoma, utile ha conoscere i propri limiti e apprezzare i miglioramenti</p> <p>I movimenti fondamentali degli sport individuali e di squadra; Sport di squadra, gli schemi di gioco e i ruoli fondamentali; Le caratteristiche delle principali specialità degli sport individuali; I regolamenti degli sport praticati a scuola; I gesti arbitrali e compiti di giuria;</p>	<ul style="list-style-type: none"> • A livello orale, attraverso interrogazioni • A livello scritto, attraverso domande a risposta aperta e prove strutturate (vero/falso, scelte multiple).

COMPETENZA 3: Conoscere l'importanza di un'attività fisica regolare e di una corretta alimentazione indispensabili per il mantenimento del proprio benessere psicofisico

O.S.A.	CONOSCENZE/CONTENUTI	TIPOLOGIA DI VERIFICA
Salute, benessere, sicurezza e prevenzione		
<p>-Mettere in pratica norme di comportamento adeguate al fine della prevenzione per la sicurezza personale in palestra e negli spazi aperti,</p> <p>Applicare concetti tecnici acquisiti per muoversi adeguatamente nei diversi ambienti.</p>	<p>Sport ed alimentazione;</p> <p>Il doping e le sostanze dopanti: aspetti etici e normativi ed effetti negativi sull'organismo;</p> <p>Nozioni di primo soccorso e assistenza ai traumi;</p> <p>Effetti dello sport sull' apparato scheletrico, articolare, muscolare, nervoso, cardiocircolatorio, respiratorio</p> <p>Nozioni di primo soccorso con relative manovre da compiere e assolutamente da non compiere in caso di emergenza o urgenza.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • A livello orale, attraverso interrogazioni • A livello scritto, attraverso domande a risposta aperta e prove strutturate (vero/falso, scelte multiple).

COMPETENZA 4: Comprendere i benefici derivanti dalla pratica di varie attività fisiche svolte nei diversi ambienti; applicare concetti tecnici acquisiti per gestire la propria attività programmata in ambiente naturale.

O.S.A. Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico	CONOSCENZE/CONTENUTI	TIPOLOGIA DI VERIFICA
<p>Realizzare iniziative volte a garantire a tutti gli studenti l'acquisizione di conoscenze e competenze necessarie per promuovere lo sviluppo sostenibile attraverso stili di vita sostenibili.</p> <p>Comprendere i benefici derivanti dalla pratica di varie attività fisiche svolte nei diversi ambienti; applicare concetti tecnici acquisiti per gestire la propria attività programmata in ambiente naturale.</p>	<p>Muoversi all'aperto in sicurezza; Lavoro di valutazione e verifica autonoma, utile a conoscere i propri limiti e apprezzare i miglioramenti.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • A livello orale, attraverso interrogazioni • A livello scritto, attraverso domande a risposta aperta e prove strutturate (vero/falso, scelte multiple).

ATTIVITÀ: le seguenti attività verranno utilizzate tenendo conto che ciascuna di esse può essere utile al conseguimento di O.S.A. diversi.

COMPETENZA Cfr1:	TIPOLOGIA DI VERIFICA
<ul style="list-style-type: none"> • Attività ed esercizi a carico naturale. • Attività ed esercizi di opposizione e resistenza. • Attività ed esercizi con piccoli attrezzi e ai grandi attrezzi codificati e non codificati. • Attività ed esercizi di rilassamento, per il controllo segmentario ed intersegmentario, per il controllo della respirazione. • Attività ed esercizi eseguiti in varietà di ampiezza, di ritmo, in situazioni spazio-temporali variate. • Attività ed esercizi di equilibrio in situazioni dinamiche complesse ed in volo. • Es. in isotonia e isometria • Esercitazioni per favorire il miglioramento della 	<ul style="list-style-type: none"> • A livello pratico attraverso: <ul style="list-style-type: none"> ✓ test di valutazione delle capacità organiche e delle abilità motorie ✓ osservazione diretta e sistematica da parte dell'insegnante con registrazione dei risultati ottenuti in relazione alle capacità e competenze prese in considerazione.

<i>funzione cardio-respiratoria.</i>	
• Esercitazioni per favorire il miglioramento dell' Efficienza muscolare	
• Esercitazioni per favorire il progressivo potenziamento muscolare	
• Esercitazioni per favorire il miglioramento della resistenza	
• Esercitazioni per favorire il miglioramento della mobilità	
• Esercitazioni per favorire il miglioramento della velocità	
• Esercitazioni per favorire il miglioramento dell'equilibrio statico e dinamico e in volo	
• Esercitazioni per migliorare la coordinazione dinamica generale,	

COMPETENZA Cft. 2:	TIPOLOGIA DI VERIFICA
• Attività sportive individuali: atletica leggera	<ul style="list-style-type: none"> • A livello pratico attraverso: <ul style="list-style-type: none"> ✓ test di valutazione delle capacità organiche e delle abilità motorie ✓ osservazione diretta e sistematica da parte dell'insegnante con registrazione dei risultati ottenuti in relazione alle capacità e competenze prese in considerazione.
• Attività sportive e pre-sportive di squadra: pallacanestro, pallavolo, pallamano, softball, rugby educativo ecc.	
• Giochi di movimento polivalenti e giochi sportivi semplificati.	
• Organizzazione di attività di arbitraggio degli sport individuali e di squadra.	

	TIPOLOGIA DI VERIFICA
Attività ed esercizi di rilassamento, per il controllo segmentario ed intersegmentario, per il controllo della respirazione.	<ul style="list-style-type: none"> • A livello pratico attraverso: <ul style="list-style-type: none"> ✓ test di valutazione delle capacità organiche e delle abilità motorie ✓ osservazione diretta e sistematica da parte dell'insegnante con registrazione dei risultati ottenuti in relazione alle capacità e competenze prese in considerazione.
• Esercitazioni per favorire il miglioramento dell' efficienza muscolare e della mobilità	
• Ginnastica posturale	

COMPETENZA Cft.4:	TIPOLOGIA DI VERIFICA
Allenamenti specifici in ambienti esterni alla palestra	<ul style="list-style-type: none"> • A livello pratico attraverso: <ul style="list-style-type: none"> ✓ test di valutazione delle capacità organiche e delle abilità motorie ✓ osservazione diretta e sistematica da parte dell'insegnante con registrazione dei risultati ottenuti in relazione alle capacità e competenze prese in considerazione.

3. PERCORSO/I MULTIDISCIPLINARE/I:

(contributo della materia al conseguimento delle competenze di cittadinanza individuate dal C.d.C.)

In riferimento a quanto definito in sede di consiglio di classe, specificare:

Tema: : Integrazione razziale;

Olimpiadi di Berlino del 1936 e visione del film "IL COLORE DELLA VITTORIA"

4. PERCORSO/I CLIL

(Solo per le discipline che partecipano ai percorsi CLIL, come definito dal consiglio di classe, precisare il contributo)

TITOLO: _____		
COMPETENZA /E: _____		

O.S.A. • • •	CONOSCENZE/CONTENUTI	TIPOLOGIA DI VERIFICA

5. STRATEGIE METODOLOGICHE

(privilegiare quelle cooperative quali il tutoring, la peer education, il lavoro di gruppo, il cooperative learning,...)

La scelta delle attività è condizionata dallo stato degli impianti sportivi disponibili. Le lezioni pratiche si svolgeranno nella palestra d'Istituto e/o nel campetto polivalente attiguo, quelle teoriche in aula. I criteri metodologici utilizzati saranno la lezione frontale e interattiva, attività per gruppi con interventi individualizzati. Verrà applicato il metodo globale e analitico. Nello svolgimento delle lezioni si cercherà di coinvolgere attivamente tutta la classe, riducendo al minimo i tempi di attesa, laddove questi siano necessari si impegneranno gli allievi in attività collaterali tipo valutazioni, arbitraggi, rilevazione dati, assistenza. Si cercherà di instaurare, durante le lezioni, un clima tale da stimolare l'interesse, il coinvolgimento emotivo, la reciproca collaborazione; lo spirito competitivo dovrà essere mantenuto nei limiti di un corretto e leale confronto, teso all'affermazione delle proprie capacità più che al superamento di quelle dei compagni.

6. AUSILI DIDATTICI

Libri di testo;

Sussidi multimediali;

Mappe concettuali

Attrezzature e ambienti per l'apprendimento:

palestra e campetto polivalente attiguo, spazi disponibili Parco Comunale

7. MODALITÀ DI RECUPERO DELLE LACUNE RILEVATE E DIVALORIZZAZIONE DELLE ECCELLENZE

- **Recupero curricolare** (specificare modalità e periodi):

Pausa didattica;

Il livello di sufficienza sarà dato dal raggiungimento dello standard minimo richiesto. Nel caso in cui questo non venisse raggiunto da un ampio numero di alunni, si provvederà a modificare la tabella di riferimento, livellandola

verso il basso. Il percorso potrà subire variazioni a seconda dello svolgimento del programma e delle capacità degli studenti della classe.

Valorizzazione eccellenze *(specificare modalità):*

La valutazione si basa sulla rilevazione dei livelli di partenza e si riferisce in primo luogo al miglioramento delle prestazioni individuali. Verranno utilizzati: test motori di ingresso, controlli periodici basati sulle osservazioni sistematiche delle varie attività. Interrogazioni e test di conoscenza teorica verranno effettuati per l'assegnazione del voto orale, e saranno considerati per la valutazione globale. Saranno svolte, almeno due verifiche pratiche e due orali a quadrimestre, di cui una potrà essere un test. La valutazione formativa inserita nel processo di apprendimento, mediante controlli sull'acquisizione degli obiettivi operativi, servirà per testare gli apprendimenti in relazione alle metodologie adottate. La valutazione sommativa sarà il controllo finale sul rendimento, tenendo conto delle verifiche periodiche, dei livelli di partenza, della progressione di apprendimento, della partecipazione al dialogo educativo, del livello di motivazione, della capacità di concentrazione e collaborazione, dell'impegno, dell'interesse, del grado di maturità e di responsabilità e della partecipazione attiva dimostrata dall'alunno durante lo svolgimento delle attività.

8. VERIFICA E VALUTAZIONE DEGLI APPRENDIMENTI

(specificare i criteri adottati)

La valutazione si basa sulla rilevazione dei livelli di partenza e si riferisce in primo luogo al miglioramento delle prestazioni individuali. Per le verifiche verranno utilizzati: test motori di ingresso ed in itinere, controlli periodici basati sulle osservazioni sistematiche delle varie attività. Interrogazioni e test di conoscenza teorica verranno effettuati per l'assegnazione del voto orale, e saranno considerati per la valutazione globale. Saranno svolte, almeno due verifiche pratiche e due orali a quadrimestre. Si susciterà qualsiasi tipo di collegamento interdisciplinare individuando i concetti comuni e specifici di altre discipline. Si fa presente che l'attività pratica sarà supportata contestualmente da informazioni di carattere tecnico-sportivo e da nozioni scientifiche-fisiologiche. Gli allievi esonerati saranno valutati sia su compiti organizzativi di arbitraggio che su argomenti teorici, ricerche e approfondimenti inerenti alla disciplina. La valutazione formativa inserita nel processo di apprendimento, mediante controlli sull'acquisizione degli obiettivi operativi, servirà per testare gli apprendimenti in relazione alle metodologie adottate. La valutazione sommativa sarà il controllo finale sul rendimento, tenendo conto delle verifiche periodiche, dei livelli di partenza, della progressione di apprendimento, della partecipazione al dialogo educativo, del livello di motivazione, della capacità di concentrazione e collaborazione, dell'impegno, dell'interesse, del grado di maturità e di responsabilità e della partecipazione attiva dimostrata dall'alunno/a durante lo svolgimento delle attività.

9. INIZIATIVE DI TIPO DISCIPLINARE, PER L'ARRICCHIMENTO DEL CURRICOLO FORMATIVO

(incontri con esperti, partecipazione ad attività culturali, teatrali, cinematografiche, visite di istruzione,...)

- Incontri con campioni sportivi presenti nel territorio;
- Incontri con esperti per la prevenzione sull'uso/abuso di sostanze, tra cui abuso di stupefacenti e l'uso nocivo di alcool;
- Corso di primo soccorso;
- Incontri con esperti di educazione alimentare;
- Organizzazione Tornei interclasse e d'Istituto;
- Organizzazione Tornei Sportivi con la partecipazione degli altri Istituti Superiori di secondo grado presenti nel territorio;
- Organizzazione dei giochi sportivi nelle ore pomeridiane.

FIRMA DEL DOCENTE