

<p style="text-align: center;">ISTITUTO ISTRUZIONE SECONDARIA SUPERIORE “VIA DEI PAPARESCHI” Via dei Papareschi,30/A 00146 Roma</p>	ANNO SCOLASTICO 2022/2023

<p>PROGRAMMAZIONE DIPARTIMENTO DI SCIENZE MOTORIE</p>	<p>DISCIPLINA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE</p>	<p>Biennio dell’obbligo</p>
---	--	------------------------------------

Referente	Prof. CARMELO RUSSO
------------------	----------------------------



Liceo Scientifico Scienze Applicate, Liceo Linguistico E Cambridge, I.T. Amministrazione Marketing e Finanza, Scienze Umane

Competenze disciplinari	Abilità/Capacità	Conoscenze
1. Eseguire movimenti con la più ampia escursione articolare possibile.	1.Saper eseguire esercizi di mobilità articolare e di allungamento muscolare in diversi assetti posturali.	1.Conoscere i contenuti della disciplina, la terminologia specifica e l'attrezzatura disponibile.
2. Eseguire esercizi con semplici elementi di coordinazione.	2. Saper esprimere elementi di coordinazione dinamica generale e specifica.	2. Conoscere le modalità per la ricerca del tono funzionale (fase di riscaldamento).

<p>3 . Coordinare i segmenti corporei per produrre gesti economici ,efficaci, in corretto equilibrio statico e dinamico.</p>	<p>3. Saper eseguire esercizi in varietà di ampiezza e di ritmo, in situazioni spazio temporali diversificate.</p>	<p>3. Conoscere le principali posture.</p>
<p>4. Orientarsi nello spazio-tempo.</p>	<p>4. Saper eseguire le tecniche essenziali ed i fondamentali individuali e di squadra di alcuni giochi sportivi.</p>	<p>4. Conoscere le modalità di esecuzione delle tecniche di alcuni giochi di squadra.</p>
<p>5. Riproduzione e memorizzazione di semplici sequenze a corpo libero e con attrezzi in forma guidata.</p>	<p>5. Saper eseguire gli elementi essenziali della preatletica.</p>	<p>5. Conoscere le modalità di esecuzione degli esercizi della preatletica.</p>
<p>6. Giocare e praticare sport nel rispetto di regole e avversari (Fair play).</p>	<p>6. Saper eseguire alcune tecniche di specifiche specialità.</p>	<p>6. Conoscere le tecniche di esecuzione di alcune specifiche specialità dell'atletica leggera.</p>
<p>7. cooperare con i compagni di squadra.</p>	<p>7. Sapersi comportare secondo le norme di sicurezza in palestra, a scuola e negli spazi aperti.</p>	<p>7. Conoscere i principali gruppi osteo-mio-articolari.</p>
<p>8. Adottare corretti stili di vita e di prevenzione degli infortuni.</p>	<p>8. Saper assumere comportamenti attivi finalizzati ad un miglioramento dello stato di salute e del benessere.</p>	<p>8. Conoscere il significato delle diverse abilità motorie..</p>
<p>9. Rispettare gli ambienti in cui si vive e la natura.</p>	<p>9. Saper adottare comportamenti adeguati.</p>	<p>9. Conoscere le norme elementari di comportamento ai fini della prevenzione degli infortuni.</p>

Numerare le competenze, le abilità e le conoscenze per la compilazione della tabella sottostante

Obiettivi minimi	Obiettivi intermedi	Obiettivi di eccellenza
Competenze: 1-2-4-5-7	Competenze: 1-2-4-5-6-7-9	Competenze: 1-2-3-4-5-6-7-8-9
Abilità: 1-4-5-6-8	Abilità: 1-3-4-5-6-7-8	Abilità: 1-2-3-4-5-6-7-8
Conoscenze: 2-3-4-5-9-	Conoscenze: 1-2-3-4- 5-7-9	Conoscenze: 1-2-3-4-5-6-7-8-9

CONTRIBUTO DELLA MATERIA AL CONSEGUIMENTO DELLE COMPETENZE DI ASSE
(ASSE DEI LINGUAGGI – ASSE MATEMATICO – ASSE SCIENTIFICO-TECNOLOGICO – ASSE STORICO-SOCIALE)

Conoscenza e gestione delle strutture e degli apparati del corpo umano per un utilizzo ottimale di tutte le abilità che è in grado di esprimere. Saper esprimere un buon orientamento motorio, di controllo globale e segmentario, di adattamento e trasformazione dei movimenti in funzione di stimoli esterni.

METODOLOGIE

x	Lezione frontale (presentazione di contenuti e dimostrazioni logiche)	x	Cooperative learning (lavoro collettivo guidato o autonomo)
X	Esercitazioni pratiche		

MEZZI, STRUMENTI, SPAZI

x	Libri di testo		Palestra con i piccoli e grandi attrezzi		Internet
----------	-----------------------	--	--	--	----------

TIPOLOGIE DI VERIFICHE			
	Prove pratiche		Osservazione costante dell'impegno e del lavoro
	Interrogazioni		Test (di varia tipologia)
	Prove scritte		

CRITERI DI VALUTAZIONE			
x	Livello individuale di acquisizione di abilità e competenze	x	Impegno
x	Livello individuale di acquisizione di abilità e competenze	x	Partecipazione
x	Progressi compiuti rispetto al livello di partenza	x	Frequenza
x	Comportamento		Interesse

COMPETENZE CHIAVE DI CITTADINANZA	
<i>Da acquisire al termine del biennio trasversalmente ai quattro assi culturali</i>	
A. Imparare ad imparare	Organizzare il proprio apprendimento, individuando, scegliendo ed utilizzando varie fonti e varie modalità di informazione e di formazione (formale, non formale ed informale), anche in funzione dei tempi disponibili, delle proprie strategie e del proprio metodo di studio e di lavoro
B. Progettare	Elaborare e realizzare progetti riguardanti lo sviluppo delle proprie attività di studio e di lavoro, utilizzando le conoscenze apprese per stabilire obiettivi significativi e realistici e le relative priorità, valutando i vincoli e le possibilità esistenti, definendo strategie di azione e verificando i risultati raggiunti
C. Comunicare	Comunicare o comprendere messaggi di genere diverso (quotidiano, letterario, tecnico, scientifico) e di complessità diversa, trasmessi utilizzando linguaggi diversi (verbale, matematico, scientifico, simbolico, ecc.) mediante diversi supporti (cartacei, informatici e multimediali) o rappresentare eventi, fenomeni, principi, concetti, norme, procedure, atteggiamenti, stati d'animo, emozioni, ecc. utilizzando linguaggi diversi (verbale, matematico, scientifico, simbolico, ecc.) e diverse conoscenze disciplinari, mediante diversi supporti (cartacei, informatici e multimediali)
D. Collaborare e partecipare	Interagire in gruppo, comprendendo i diversi punti di vista, valorizzando le proprie e le altrui capacità, gestendo la conflittualità, contribuendo all'apprendimento comune ed alla realizzazione delle attività collettive, nel riconoscimento dei diritti fondamentali degli altri
E. Agire in modo autonomo e consapevole	Sapersi inserire in modo attivo e consapevole nella vita sociale e far valere al suo interno i propri diritti e bisogni riconoscendo al contempo quelli altrui, le opportunità comuni, i limiti, le regole, le responsabilità
F. Risolvere problemi	Affrontare situazioni problematiche costruendo e verificando ipotesi, individuando le fonti e le risorse adeguate, raccogliendo e valutando i dati, proponendo soluzioni utilizzando, secondo il tipo di problema, contenuti e metodi delle diverse discipline

G. Individuare collegamenti e relazioni

Affrontare situazioni problematiche costruendo e verificando ipotesi, individuando le fonti e le risorse adeguate, raccogliendo e valutando i dati, proponendo soluzioni utilizzando, secondo il tipo di problema, contenuti e metodi delle diverse discipline

H. Acquisire e interpretare l'informazione

Acquisire ed interpretare criticamente l'informazione ricevuta nei diversi ambiti ed attraverso diversi strumenti comunicativi, valutandone l'attendibilità e l'utilità, distinguendo fatti e opinioni

COMPETENZE CHIAVE per l'apprendimento permanente/quadro di riferimento europeo

Da acquisire al termine del biennio trasversalmente ai quattro assi culturali

A. Imparare ad imparare

Organizzare il proprio apprendimento, individuando, scegliendo ed utilizzando varie fonti e varie modalità di informazione e di formazione (formale, non formale ed informale), anche in funzione dei tempi disponibili, delle proprie strategie e del proprio metodo di studio e di lavoro

B. Comunicazione nella madrelingua

Capacità di esprimere e interpretare concetti, pensieri, sentimenti, fatti e opinioni in forma sia orale sia scritta (comprensione orale, espressione orale, comprensione scritta ed espressione scritta) e di interagire adeguatamente e in modo creativo sul piano linguistico in un'intera gamma di contesti culturali e sociali

C. Comunicazione in lingue straniere

Oltre alle principali abilità richieste per la comunicazione nella madrelingua, richiede anche abilità quali la mediazione e la comprensione interculturale. Il livello di padronanza dipende da numerosi fattori e dalla capacità di ascoltare, parlare, leggere e scrivere

D. Competenza matematica e competenze di base in campo scientifico e tecnologico

La competenza matematica è l'abilità di sviluppare e applicare il pensiero matematico per risolvere una serie di problemi in situazioni quotidiane, ponendo l'accento sugli aspetti del processo, dell'attività e della conoscenza. Le competenze di base in campo scientifico e tecnologico riguardano la padronanza, l'uso e l'applicazione di conoscenze e metodologie che spiegano il mondo naturale. Tali competenze comportano la comprensione dei cambiamenti determinati dall'attività umana e la consapevolezza della responsabilità di ciascun cittadino

<p>E. Competenza digitale Consiste nel saper utilizzare con dimestichezza e spirito critico le tecnologie della società dell'informazione (TSI) e richiede quindi abilità di base nelle tecnologie dell'informazione e della comunicazione (TIC)</p>
<p>F. Competenze sociali e civiche Per competenze sociali si intendono competenze personali, interpersonali e interculturali e tutte le forme di comportamento che consentono alle persone di partecipare in modo efficace e costruttivo alla vita sociale e lavorativa. La competenza sociale è collegata al benessere personale e sociale. È essenziale comprendere i codici di comportamento e le maniere nei diversi ambienti in cui le persone agiscono. La competenza civica e in particolare la conoscenza di concetti e strutture sociopolitici (democrazia, giustizia, uguaglianza, cittadinanza e diritti civili) dota le persone degli strumenti per impegnarsi a una partecipazione attiva e democratica</p>
<p>G. Senso di iniziativa ed imprenditorialità Significa saper tradurre le idee in azione. In ciò rientrano la creatività, l'innovazione e l'assunzione di rischi, come anche la capacità di pianificare e di gestire progetti per raggiungere obiettivi. L'individuo è consapevole del contesto in cui lavora ed è in grado di cogliere le opportunità che gli si offrono. È il punto di partenza per acquisire le abilità e le conoscenze più specifiche di cui hanno bisogno coloro che avviano o contribuiscono ad un'attività sociale o commerciale. Essa dovrebbe includere la consapevolezza dei valori etici e promuovere il buon governo</p>
<p>H. Consapevolezza ed espressioni culturali Implicano la consapevolezza dell'importanza dell'espressione creativa di idee, esperienze ed emozioni attraverso un'ampia varietà di mezzi di comunicazione, compresi la musica, le arti dello spettacolo, la letteratura e le arti visive</p>

CONTRIBUTO DELLA DISCIPLINA AL CONSEGUIMENTO DELLE COMPETENZE DI CITTADINANZA

<p>Collaborare e partecipare Interagire in gruppo, comprendendo i diversi punti di vista, valorizzando le proprie e le altrui capacità, gestendo la conflittualità, contribuendo all'apprendimento comune ed alla realizzazione delle attività collettive, nel riconoscimento dei diritti fondamentali degli altri.</p> <p>Agire in modo autonomo e consapevole Sapersi inserire in modo attivo e consapevole nella vita sociale e far valere al suo interno i propri diritti e bisogni riconoscendo al contempo quelli altrui, le opportunità comuni, i limiti, le regole, le responsabilità</p>
