

<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</p> <p>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</p> <p>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</p> <p>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</p> <p>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</p> <p>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</p> <p>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>
