



**ISTITUTO SUPERIORE STATALE**  
TECNICO INDUSTRIALE E LICEO SCIENTIFICO OP. S.A.  
**FRANCESCO GIORDANI**  
CHIMICA, MATERIALI E BIOTECNOLOGIE  
ELETTRONICA ED ELETTROTECNICA  
INFORMATICA E TELECOMUNICAZIONI  
MECCANICA E MECCATRONICA - TRASPORTI E LOGISTICA



PROGRAMMAZIONE DEL DIPARTIMENTO DI SCIENZE MOTORIE	Disciplina	ASSE
a.s. 2023 / 2024	SCIENZE MOTORIE	LINGUAGGI/STORICO SOCIALE

Referente	PROF.SSA STABILE EDDA
-----------	-----------------------

## Indice

1	COMPETENZE CHIAVE DI CITTADINANZA .....	3
2	OBIETTIVI COGNITIVI E FORMATIVI .....	3
2.1	OBIETTIVI FORMATIVI RELATIVI ALLA DISCIPLINA.....	3
2.2	OBIETTIVI MINIMI.....	4
3	CONTENUTI DISCIPLINARI DI INTERCLASSE .....	5
4	CONTENUTI RELATIVI A MODULI INTERDISCIPLINARI DI CLASSE .....	5
5	METODOLOGIE .....	5
6	TIPOLOGIA DI VERIFICHE .....	6
7	CRITERI DI VALUTAZIONE .....	6
8	TABELLA DI VALUTAZIONE DEL PROFITTO (deliberata dal Collegio Docenti).....	6
9	OBIETTIVI COGNITIVI – FORMATIVI DISCIPLINARI .....	8
9.1	BIENNIO .....	8
9.1.1	PRIMO QUADRIMESTRE.....	8
9.1.2	SECONDO QUADRIMESTRE.....	9
10	GRIGLIA DI VALUTAZIONE PER LE VERIFICHE .....	11

## 1 COMPETENZE CHIAVE DI CITTADINANZA

Da acquisire trasversalmente ai quattro assi culturali.

### Imparare ad imparare

- a. Organizzare il proprio apprendimento
- b. Acquisire il proprio metodo di lavoro e di studio
- c. Individuare, scegliere ed utilizzare varie fonti e varie modalità di informazioni e di formazione (formale, nonformale ed informale) in funzione dei tempi disponibili e delle proprie strategie

### Progettare

- a. Elaborare e realizzare progetti riguardanti lo sviluppo delle proprie attività di studio e di lavoro
- b. Utilizzare le conoscenze apprese per stabilire obiettivi significativi, realistici e prioritari e le relative priorità
- c. Valutare vincoli e possibilità esistenti, definendo strategie di azione e verificando i risultati raggiunti

### Comunicare

- a. Comprendere messaggi di genere diverso (quotidiano, letterario, tecnico, scientifico) e di diversa complessità
- b. Rappresentare eventi, fenomeni, principi, concetti, norme, procedure, atteggiamenti, stati d'animo, emozioni, ecc.
- c. Utilizzare linguaggi diversi (verbale, matematico, scientifico, simbolico) e diverse conoscenze disciplinari mediante diversi supporti (cartacei, informatici e multimediali)

### Collaborare e partecipare

- a. Interagire in gruppo
- b. Comprendere i diversi punti di vista
- c. Valorizzare le proprie e le altrui capacità, gestendo la conflittualità
- d. Contribuire all'apprendimento comune e alla realizzazione delle attività collettive, nel riconoscimento dei diritti fondamentali degli altri

### Agire in modo autonomo e consapevole

- a. Sapersi inserire in modo attivo e consapevole nella vita sociale
- b. Far valere nella vita sociale i propri diritti e bisogni
- c. Riconoscere e rispettare i diritti e i bisogni altrui, le opportunità comuni
- d. Riconoscere e rispettare limiti, regole e responsabilità

### Risolvere problemi

- a. Affrontare situazioni problematiche
- b. Costruire e verificare ipotesi
- c. Individuare fonti e risorse adeguate
- d. Raccogliere e valutare i dati
- e. Proporre soluzioni utilizzando contenuti e metodi delle diverse discipline, secondo il tipo di problema

### Individuare collegamenti e relazioni

- a. Individuare collegamenti e relazioni tra fenomeni, eventi e concetti diversi, anche appartenenti a diversi ambiti disciplinari e lontani nello spazio e nel tempo
- b. Riconoscere la natura sistemica, analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause ed effetti e la natura probabilistica
- c. Rappresentarli con argomentazioni coerenti

### Acquisire e interpretare l'informazione

- a. Acquisire l'informazione ricevuta nei diversi ambiti e attraverso diversi strumenti comunicativi
- b. Interpretarla criticamente valutandone l'attendibilità e l'utilità, distinguendo fatti e opinioni

## 2 OBIETTIVI COGNITIVI E FORMATIVI

Gli obiettivi sono declinati per singola classe, riferiti all'asse culturale di riferimento (Linguaggi/Storico-sociale) e articolati in Competenze, Abilità/Capacità, Conoscenze, come previsto dalla normativa sul nuovo obbligo di istruzione DM 139/2007 e richiesto dalla certificazione delle competenze di base per favorire un equilibrato sviluppo corporeo e un consapevole benessere psico-fisico.

- 1) Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo.
- 2) Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva.
- 3) Il gioco, lo sport, le regole e il fair play.
- 4) Salute e benessere, prevenzione e sicurezza.

### 2.1 OBIETTIVI FORMATIVI RELATIVI ALLA DISCIPLINA

La disciplina "Scienze motorie e sportive" concorre a far conseguire allo studente al termine del percorso di studio le attitudini personali nell'ottica del pieno sviluppo psico-fisico nel potenziale di ciascun individuo, padroneggiare ed utilizzare il corpo come strumento espressivo per favorire l'interazione fra movimento e i processi affettivi, cognitivi e sociali".

### Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo.

- 1) Conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità.
- 2) Utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.
- 3) Conoscere le proprie potenzialità e i propri limiti nella costante relazione con l'ambiente, gli altri e gli oggetti.
- 4) Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.

### Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

- 1) Comunicare e relazionarsi con gli altri in modo adeguato ed efficace attraverso il movimento.
- 2) Leggere i messaggi non verbali e comprendere l'importanza del linguaggio del corpo ai fini della comunicazione.
- 3) Padroneggiare ed interpretare i messaggi, volontari e involontari, che il corpo trasmette.
- 4) Rielaborare creativamente il linguaggio espressivo, adattandolo a contesti differenti.

### Lo sport, le regole e il fair play

- 1) Utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.
- 2) Praticare sport individuali anche in forma competitiva, privilegiando la componente educativa in modo da promuovere la consuetudine all'attività motoria e sportiva.
- 3) Sperimentare nello sport i diversi ruoli e le relative responsabilità, sia nel compito dell'arbitraggio che in quello di giuria.
- 4) Agire in maniera responsabile e con fair play.

### Salute, benessere, sicurezza e prevenzione

- 1) Comprendere l'importanza di uno stile di vita attivo, come presupposto di una cultura personale che valorizzi esperienze motorie e sportive, anche extrascolastiche, come prevenzione di ipocinesia, sovrappeso, cattive abitudini alimentari, e utilizzo di sostanze che inducono dipendenza.
- 3) Conoscere i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra, a casa e negli spazi aperti, compreso quella stradale.
- 3) 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.
- 4) Conoscere le norme essenziali e applicative del primo soccorso.

## 2.2 OBIETTIVI MINIMI

Il Dipartimento stabilisce i seguenti **obiettivi minimi obbligatori** in termini di conoscenze, abilità competenze per le singole classi (anche per il recupero).

Classe	Competenze	Abilità	Conoscenze
PRIMA	<ul style="list-style-type: none"><li>- Saper utilizzare in maniera globale i gesti motori.</li><li>- Essere in grado globalmente di conoscere ed applicare i regolamenti.</li><li>- Realizzare situazioni di gioco relazionandosi ai compagni di squadra e agli avversari.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>-Avere un controllo globale psicomotorio nei gesti di base delle varie attività proposte.</li><li>-Saper gestire complessivamente le dinamiche nei vari tipi di gioco.</li><li>-Trovare nessi tra l'attività pratica e quella teorica.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>-Conoscere gli aspetti del lavoro corporeo.</li><li>-Conoscere i principi fondamentali dello studio del corpo umano.</li><li>-Conoscere le regole di base dei principali sport praticati e del corretto rapportarsi, nelle situazioni di gioco, con compagni, avversari e arbitro.</li></ul>
SECONDA	<ul style="list-style-type: none"><li>- Ampliare in maniera efficace la gestualità motoria.</li><li>-Essere in grado di conoscere ed utilizzare complessivamente i regolamenti delle discipline sportive</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>-Consolidare lo sviluppo psicomotorio e la gestione degli schemi motori.</li><li>-Migliorare le dinamiche e gli schemi di gioco.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>-Conoscere gli aspetti fondamentali del lavoro corporeo (attivazione, -</li></ul>

	trattate. -Comprendere consapevolmente l'importanza della collaborazione nelle principali nelle attività motorie .	-Trovare nessi tra l'attività pratica e quella teorica.	stretching, fasi attive e passive di gioco). - Conoscere le regole dello sport e i principi fondamentali del fair-play. -Conoscere le principali delle attività motorie delle attività motorie svolte.
--	---	---	--

### 3 CONTENUTI DISCIPLINARI DI INTERCLASSE

*Il Dipartimento, qualora ne ravvisi la necessità, stabilisce i seguenti argomenti e/progetti da sviluppare e/o approfondire tra classi in parallelo:*

<b>Classi Prime/Seconde</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Esercizi: a carico naturale, di opposizione e resistenza, con piccoli attrezzi codificati e non codificati, ai grandi attrezzi, di rilassamento, per la coordinazione generale e specifica, in particolar modo per il controllo segmentario e intersegmentario, per la respirazione, in forma variata per quanto riguarda il ritmo, lo spazio, l'ampiezza ecc., di equilibrio in forma statica, dinamica e di volo.</li> <li>- Attività sportive individuali: atletica leggera, attività a corpo libero</li> <li>-Attività presportive e sportive di squadra: pallavolo, pallacanestro, tennis tavolo, calcio a 5, badminton, padel.</li> <li>- Giochi di movimento polivalenti</li> <li>- Attività espressive codificate e non.</li> <li>-Attività di arbitraggio degli sport individuali e di squadra.</li> <li>- Tornei interclasse: 3 x 3 a basket per classi, pallavolo per classi.</li> <li>- Attività da svolgere in classe: terminologia specifica della disciplina, apparato scheletrico, la postura paramorfismi dismorfismi, primo soccorso, traumatologia, sicurezza generale e in strada, i principi nutritivi per una corretta alimentazione.</li> <li>- Partecipazione ai Campionati studenteschi: Tornei di pallavolo, basket, tennis tavolo, calcio a 5, Corsa Campestre.</li> </ul>
-----------------------------	---

### 4 CONTENUTI RELATIVI A MODULI INTERDISCIPLINARI DI CLASSE

*Il Dipartimento, qualora ne ravvisi la necessità, stabilisce i seguenti argomenti e/progetti da Il Dipartimento stabilisce i seguenti argomenti e/o progetti da sviluppare e/o approfondire in moduli interdisciplinari di classe:*

<b>Classe Prima</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscenza della motricità di base di vari sport e giochi popolari ( Italiano e Storia).</li> <li>- Adeguamento dello schema corporeo al mutevole periodi di accrescimento (Scienze naturali, Chimica e Fisica).</li> <li>- Studio di argomenti di teoria delle scienze motorie (Fisica, Chimica ) .</li> </ul>
<b>Classe Seconda</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Approfondimenti di anatomia e fisiologia del corpo umano (Scienze).</li> <li>- Pratica del rispetto delle regole e delle leggi (Diritto).</li> <li>- Ampliamento degli aspetti letterari e storici dell'attività motoria (Italiano e Storia).</li> </ul>

### 5 METODOLOGIE

	<b>Lezione frontale</b> <i>(presentazione di contenuti e dimostrazioni logiche)</i>	<b>Cooperative learning</b> <i>(lavoro collettivo guidato o autonomo)</i>
	<b>Lezione interattiva</b> <i>(discussioni sui libri o a tema, interrogazioni collettive)</i>	<b>Problem solving</b> <i>(definizione collettiva)</i>
	<b>Lezione multimediale</b> <i>(utilizzo della LIM, di PPT, di audio video)</i>	<b>Attività laboratoriali</b> <i>(esperienza individuale o di gruppo)</i>

Letture e analisi diretta dei testi <i>(manuali, schemi, tabelle)</i>	Esercitazioni pratiche
Peer Tutoring	Altro

6 TIPOLOGIA DI VERIFICHE	
Risoluzione di problemi	Lavori di gruppo
Test a risposta aperta	Test strutturato
Test semistrutturato a tempo anche attraverso piattaforme e programmi specializzati	Prove Comuni per classi prime
...	Altro _____
<b>Numero delle verifiche:</b> almeno DUE verifiche per quadrimestre pratiche/orali.	

7 CRITERI DI VALUTAZIONE	
<i>Per la valutazione saranno adottati i criteri stabiliti dal POF d'Istituto ed allegati alla presente programmazione. La valutazione terrà conto di:</i>	
Livello individuale di acquisizione di conoscenze	Impegno
Livello individuale di acquisizione di abilità e competenze	Partecipazione
Progressi compiuti rispetto al livello di partenza	Frequenza
Interesse	Comportamento

8 TABELLA DI VALUTAZIONE DEL PROFITTO (deliberata dal Collegio Docenti)		
LIVELLI	VOTI in10'	GIUDIZI DEL PROFITTO (riferiti a competenze ed abilità)
Totalmente negativo	<b>1-2/10</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Totale mancanza di conoscenze e di abilità applicative</li> <li>- Totale disorganizzazione nel lavoro ed in laboratorio</li> <li>- Inesistente partecipazione ed interesse alle attività didattiche</li> <li>- Assoluta povertà degli strumenti comunicativi</li> <li>- Incapacità ad utilizzare gli ausili didattici</li> </ul>
Del tutto insufficiente	<b>3/10</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gravissime lacune nelle conoscenze e nelle abilità applicative</li> <li>- Gravissima disorganizzazione nel lavoro ed in laboratorio</li> <li>- Scarsissima partecipazione ed interesse alle attività didattiche</li> <li>- Gravissime lacune negli strumenti comunicativi</li> <li>- Gravissima difficoltà ad utilizzare gli ausili didattici</li> </ul>
Gravemente insufficiente	<b>4/10</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gravi lacune nelle conoscenze e nelle abilità applicative</li> <li>- Grave disorganizzazione nel lavoro ed in laboratorio</li> <li>- Scarsa partecipazione ed interesse alle attività didattiche</li> <li>- Gravi lacune negli strumenti comunicativi</li> <li>- Gravi difficoltà ad utilizzare gli ausili didattici</li> </ul>

Insufficiente	<b>5/10</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscenze frammentarie ed abilità applicative modeste</li> <li>- Mediocre organizzazione nel lavoro ed in laboratorio</li> <li>- Modesta partecipazione ed interesse alle attività didattiche</li> <li>- Strumenti comunicativi non sempre appropriati</li> <li>- Difficoltà nell'utilizzo degli ausili didattici</li> </ul>
Sufficiente	<b>6/10</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscenze essenziali e sufficienti abilità applicative</li> <li>- Sufficiente organizzazione nel lavoro ed in laboratorio</li> <li>- Normale partecipazione ed interesse alle attività didattiche</li> <li>- Strumenti comunicativi accettabili</li> <li>- Corretto utilizzo degli ausili didattici</li> </ul>
Discreto	<b>7/10</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscenze assimilate ed adeguate abilità applicative</li> <li>- Adeguate capacità di organizzazione nel lavoro ed in laboratorio</li> <li>- Attiva partecipazione ed interesse alle attività didattiche</li> <li>- Strumenti comunicativi appropriati</li> <li>- Autonomo utilizzo degli ausili didattici</li> </ul>
Buono	<b>8/10</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Padronanza delle conoscenze e piena acquisizione delle Abilità applicative</li> <li>- Buona organizzazione nel lavoro ed in laboratorio</li> <li>- Responsabile ed attiva partecipazione ed interesse alle attività didattiche</li> <li>- Buon controllo degli strumenti comunicativi</li> <li>- Buona autonomia nell'utilizzo degli ausili didattici</li> </ul>
Ottimo	<b>9/10</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscenze ampie ed approfondite, piena e creativa acquisizione delle abilità applicative</li> <li>- Ottima e precisa organizzazione nel lavoro ed in laboratorio</li> <li>- Costruttiva e responsabile partecipazione ed interesse alle abilità didattiche</li> <li>- Ricchezza degli strumenti comunicativi</li> <li>- Ottima padronanza nell'utilizzo degli ausili didattici</li> </ul>
Eccellente	<b>10/10</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscenze complete, ricche ed autonome</li> <li>- Acquisizione e rielaborazione critica delle abilità applicative</li> <li>- Eccellente e pienamente autonoma organizzazione nel lavoro e nelle attività laboratoriali</li> <li>- Partecipazione ed interesse di eccellente livello, con contributi ed iniziative di supporto per il gruppo classe</li> <li>- Efficaci, originali ed eccellenti strumenti comunicativi</li> <li>- Sicura e piena padronanza nell'utilizzo degli ausili didattici</li> </ul>

## 9 OBIETTIVI COGNITIVI – FORMATIVI DISCIPLINARI

### 9.1 BIENNIO

#### 9.1.1 PRIMO QUADRIMESTRE

Unita di apprendimento 1: MI MUOVO E MI CONOSCO		
COMPETENZE	CONOSCENZE	ABILITÀ
Essere in grado di elaborare risposte motorie adeguate in situazioni semplici in ambienti diversi	Camminare ,correre saltare e lanciare in tutte le direzioni	Eseguire correttamente gli schemi motori di base in situazioni motorie e sportive semplici.
Essere in grado di applicare la corretta tecnica e velocità di camminate per conseguire risultati salutari anche in ambiente naturale.	Camminare con le giuste spinte , la giusta rullata del piede a ritmi diversi e per tempi prolungati	Seguire un allenamento di Fitwalking
	Esercizi statici e dinamici  ( individuali , a coppie e di gruppo), di forza, resistenza, mobilità articolare, coordinazione e di velocità.	Elaborare risposte efficaci in situazioni motorie semplici.
Essere in grado di aver cura del proprio corpo e della sua salute nei diversi contesti.	Esercizi di: flessione, piegamento, circonduzione, rotazione, oscillazione, adduzione o abduzione, Addominali e dorsali. Esercizi statici e dinamici con grandi e piccoli attrezzi	Assumere e conoscere le posture corrette.
Essere in grado di entrare in sintonia con se stesso e con gli altri		
Essere in grado di esprimere in maniera corretta le esperienze motorie	Terminologia ginnastica: Posizioni e azioni del corpo umano	
Essere in grado di scegliere esercizi da eseguire nella consapevolezza dei principali muscoli interessati	Cenni di anatomia dello scheletro e dei muscoli	Eseguire esercizi e movimenti nella consapevolezza dei principali muscoli coinvolti
Unita di apprendimento 2: IL CORPO PARLA		
COMPETENZE	CONOSCENZE	ABILITA'
Essere in grado di comprendere e interpretare i messaggi non verbali.	Tecniche espressive e comunicative.  Il linguaggio verbale, corporeo, il rumore.          Il movimento come linguaggio convenzionale codificato.	Mettere in atto comportamenti e risposte motorie adeguate alle situazioni.

Essere in grado di seguire un gioco sportivo e di tifare per una squadra		Saper utilizzare il lessico disciplinare per comunicare in maniera efficace.
Essere in grado di rispondere efficacemente agli stimoli provenienti dall'ambiente circostante.	Andature ritmiche e sequenze motorie di uno sport: passi, salti, stacchi esercizi individuali e in coppia con grandi e piccoli attrezzi.	Saper percepire e riprodurre ritmi esterni

## 9.1.2 SECONDO QUADRIMESTRE

Unità di apprendimento 3: SPORT E FAIR PLAY		
COMPETENZE	CONOSCENZE	ABILITÀ
Essere in grado di praticare uno sport di squadra e alcune specialità dell'atletica leggera relazionandosi con gli altri nel rispetto delle regole.	Fondamentali individuali e di squadra della Pallavolo, Basket, Calcio a 5, Tennis tavolo, Badminton, Padel.	Praticare giochi e attività sportive applicando le regole tecniche di base
Essere in grado avere atteggiamenti competitivi corretti e generosi	Le regole di base dei giochi sportivi: Pallavolo, Basket, Calcio a 5, Tennis tavolo, Badminton, Padel.	Praticare giochi e attività sportive rispettando le regole tecniche di base e collaborando con i compagni
Essere consapevoli dell'impegno necessario per perseguire il risultato	Preatletica: propedeutici e specifici delle corse e dei salti	Essere in grado di applicare la formula di Cooper per stabilire che resistenza si sta allenando
Essere costanti nel rispetto dei tempi dell'allenamento	La resistenza	Interpretare le diverse caratteristiche dei giochi e degli sport nelle varie culture
L'evoluzione dei giochi e degli sport nella cultura e nella tradizione	Storia degli sport e delle discipline atletiche	Essere in grado di fare applicare le regole dei giochi e di riconoscere le infrazioni
Essere in grado di gestire con equità i momenti competitivi	La terminologia e la gestualità arbitrale semplice delle partite di Pallavolo, Basket, Calcio a 5, Tennis tavolo, Badminton, Padel.	Rispettare le regole dei giochi, i compagni di squadra e gli avversari.
Essere in grado di applicare i comportamenti corretti e leali dello sport a situazioni diverse e nuove.		
Essere in grado di tenere un comportamento socievole e corretto		
Essere in grado di seguire un gioco sportivo e di tifare per una squadra	Il Fair Play e il suo decalogo. I grandi gesti del Fair Play.	

Unità di apprendimento 4: PERCORSO SALUTE E BENESSERE		
COMPETENZE	CONOSCENZE	ABILITÀ
Essere in grado di riconoscere ed assumere corretti stili di vita.	Regole di igiene personale nel rispetto dell'ambiente (non sprecare acqua)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Essere in grado di riconoscere ed assumere corretti stili di vita.</li> </ul>
Essere in grado di portare a termine un elementare allenamento aerobico in ambiente naturale.	Come leggere le etichette alimentari.	Saper correre in ambiente naturale e gestire la fatica controllando il battito conoscendo i vantaggi dell'attività aerobica.
Essere in grado di aver cura della propria salute muscolare e articolare nelle diverse situazioni di vita.	Come smaltire le confezioni degli alimenti.	
Essere in grado di stare correttamente negli ambienti di lavoro e di svago.	La resistenza generale e specifica nella corsa	Saper eseguire nei tempi e nelle modalità corrette l'allungamento muscolare in relazione all'attività da svolgere o svolta.
Essere in grado di applicare le prime norme di primo soccorso	La corsa in ambiente naturale	Saper assumere corrette posture nelle diverse situazioni.
Essere in grado di applicare le prime norme di primo soccorso	La formula di Cooper	Saper applicare le norme elementari di primo soccorso
Conoscere le essenziali norme di una sana alimentazione e del primo soccorso (Telefonata al 118)	Lo stretching	
	Esercizi posturali	
	Chiamata al 118, Triage	

## 10 GRIGLIA DI VALUTAZIONE PER LE VERIFICHE

### GRIGLIA DI VALUTAZIONE PROVE COMUNI STRUTTURATE SCIENZE MOTORIE

Tipologia di quesito	Assegnazione del punteggio
Vero/Falso, Scelta multipla	1 punto per ogni risposta corretta
	0 per ogni risposta errata o non data

La presente griglia verrà applicata ad ogni domanda somministrata dal docente.

La valutazione finale sarà data dalla somma dei punti delle singole domande con un massimo di 10/10 totali.

### GRIGLIE DI VALUTAZIONE SCIENZE MOTORIE A.S. 2023/2024

COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE	DESCRITTORI	VOTO
1. Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.	L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti. Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione	L'alunno realizza risposte motorie esatte e precise, trasferendole correttamente in tutte le situazioni, anche in quelle non strutturate;	10
	Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.		realizza risposte motorie precise e riesce a trasferirle in modo finalizzato in tutte le situazioni;	9
	Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.		realizza risposte motorie quasi sempre adatte e sa trasferirle in modo efficace nelle diverse situazioni;	8
	Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole)		realizza schemi motori coordinati, ma non sempre riesce a trasferirli in modo efficace;	7
			realizza risposte motorie quasi sempre efficaci solo in situazioni poco complesse e fatica a costruire un proprio spazio;	6
			conosce solo alcuni contenuti del lavoro affrontato e la rielaborazione risulta a volte disordinata e incompleta;	5
			non conosce nessun contenuto del lavoro che	4

			<p>si affronta e pertanto non è in grado di rielaborarlo;</p> <p>l'alunno non mette in pratica nessuna delle azioni proposte o non esegue/ non consegna il lavoro assegnato, nonostante i numerosi e reiterati solleciti;</p>	3
2. Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva	<p>Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo.</p> <p>Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport.</p> <p>Saper decodificare i gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.</p>	<p>Utilizza gli aspetti comunicativo relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (fair play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.</p>	<p>L'alunno conosce e rielabora in modo personale il percorso didattico, approfondendo autonomamente i contenuti;</p>	10
			<p>conosce e rielabora in modo personale il percorso didattico, approfondendo i contenuti in modo pluri-disciplinare;</p>	9
			<p>conosce i contenuti disciplinari e li elabora in modo completo, personale e approfondito;</p>	8
			<p>conosce in modo completo i contenuti affrontati ma non è sempre puntuale nella sua organizzazione;</p>	7
			<p>conosce in modo sostanziale i contenuti del lavoro affrontato, ma non riesce a rielaborarli in modo personale;</p>	6
			<p>conosce solo alcuni contenuti del lavoro affrontato e la rielaborazione risulta a volte disordinata e incompleta;</p>	5
			<p>non conosce nessun contenuto del lavoro che si affronta e pertanto non è in grado di rielaborarlo;</p> <p>l'alunno non mette in pratica nessuna delle azioni proposte o non esegue/ non consegna il lavoro assegnato, nonostante i numerosi e reiterati solleciti.</p>	3
3. Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	<p>Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti.</p> <p>Saper realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra. Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli</p>	<p>Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello «star bene» in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.</p>	<p>L'alunno ha interiorizzato le regole e collabora fattivamente con i compagni e gli insegnanti;</p>	10
			<p>conosce, rispetta, gestisce le regole sportive e collabora in modo produttivo con gli altri;</p>	9
			<p>conosce e rispetta le regole sportive e collabora nel gruppo e nella squadra;</p>	8

	<p>sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice.</p> <p>Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.</p>		<p>lavora nel gruppo cercando di collaborare in modo costruttivo, rispetta le regole ma non sempre dimostra di averle interiorizzate;</p> <p>lavora nel gruppo ma non sempre collabora in modo costruttivo per la poca applicazione delle regole comuni;</p> <p>partecipa all'attività in modo incostante assumendo un ruolo marginale nel gruppo non conoscendo le regole da rispettare;</p> <p>partecipa saltuariamente solo su sollecitazione, disattendendo completamente il rispetto delle regole.</p> <p>l'alunno non mette in pratica nessuna delle azioni proposte o non esegue/ non consegna il lavoro assegnato, nonostante i numerosi e reiterati solleciti.</p>	<p>7</p> <p>6</p> <p>5</p> <p>4</p> <p>3</p>
4. Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	<p>Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni. Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro. Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza. Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo</p> <p>Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici. Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcol).</p>	<p>Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri. È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.</p>	<p>L'alunno realizza risposte motorie esatte e precise, trasferendole correttamente in tutte le situazioni, anche in quelle non strutturate; applica in modo autonomo i principi metodologici migliorando e perfezionando costantemente le proprie prestazioni;</p> <p>realizza risposte motorie precise e riesce a trasferirle in modo finalizzato in tutte le situazioni; applica in modo autonomo i principi metodologici dell'allenamento per migliorare le proprie prestazioni atletiche;</p> <p>realizza risposte motorie quasi sempre adatte e sa trasferirle in modo finalizzato in tutte le situazioni;</p> <p>conosce ed utilizza con efficacia le proprie abilità e si impegna per migliorare le prestazioni;</p> <p>realizza proposte motorie quasi sempre efficaci solo in situazioni poco complesse e fatica a costruire un proprio spazio; esegue superficialmente gli esercizi di allenamento e</p>	<p>10</p> <p>9</p> <p>8</p> <p>7</p> <p>6</p>

			<p>non si applica in modo adeguato per migliorare le sue prestazioni;</p> <p>realizza risposte motorie poco precise e non riesce a svolgere un lavoro corporeo minimamente organizzato; esegue in modo non sempre corretto gli esercizi di allenamento perché non si applica per migliorare le sue prestazioni;</p> <p>si rifiuta di eseguire qualsiasi attività, anche la più semplice.</p> <p>l'alunno non mette in pratica nessuna azioni proposte o non esegue/ non consegna il lavoro assegnato, nonostante i numerosi e reiterati solleciti.</p>	<p>5</p> <p>4</p> <p>3</p>
--	--	--	--	----------------------------

### GRIGLIE DI VALUTAZIONE ESPOSIZIONE ORALE SCIENZE MOTORIE A.S. 2023/2024

DESCRITTORI DEL LIVELLO DI APPRENDIMENTO	LIVELLI E VOTO
Conoscenze organiche e approfondite, integrate da ricerche e apporti critici e personali. Esposizione fluida con padronanza dei linguaggi specifici e ricchezza lessicale; spiccate competenze critiche con confronti pluridisciplinari.	10
Conoscenze complete, organiche, articolate e con approfondimenti autonomi. Esposizione fluida con corretto uso dei linguaggi disciplinari specifici. Capacità di effettuare procedimenti di analisi e sintesi e di individuare correlazioni precise.	9
Conoscenze puntuali e consapevoli di tutti gli argomenti svolti, comprensione sicura. Esposizione corretta con uso appropriato di linguaggi disciplinari specifici. Capacità di compiere analisi corrette, collegamenti nell'ambito della disciplina e semplici collegamenti pluridisciplinari.	8
Conoscenze ordinate ed esposte con relativa chiarezza ed adeguato uso dei linguaggi disciplinari specifici. Collegamenti sviluppati con coerenza e prevalenza di elementi analitici, senza evidenti capacità di sintesi.	7
Conoscenze dei contenuti essenziali della maggior parte degli argomenti. Esposizione sufficientemente chiara e uso di un linguaggio sostanzialmente adeguato, anche se generico.	6
Conoscenze e comprensioni parziali e superficiali. Esposizione incerta e utilizzo di un linguaggio impreciso.	5
Conoscenze molto lacunose degli argomenti. Esposizione stentata con imprecisioni e scarso uso del lessico specifico.	4
l'alunno non mette in pratica nessuna delle azioni proposte o non esegue/ non consegna il lavoro assegnato, nonostante i numerosi e reiterati solleciti.	3

### GRIGLIE DI VALUTAZIONE VERIFICHE SCRITTE/PRATICHE SCIENZE MOTORIE A.S. 2023/2024

ELEMENTI DI VALUTAZIONE	LIVELLI E VOTO
Conoscenze approfondite, critiche e personali. Ottime le capacità, sicure le competenze e complete le conoscenze	10
Sicuro possesso dei contenuti, autonomia e padronanza del lessico specifico. Spiccate le capacità e sicure le competenze.	9
Conoscenza ben assimilata dei contenuti e delle procedure applicative. Quasi complete le conoscenze, buone le capacità e sicure le competenze	8
Conoscenza dei contenuti e capacità di ricostruzione dei concetti. Soddisfacenti le conoscenze e le capacità; le competenze non sono completamente assimilate.	7

Conoscenze incerte degli elementi delle strutture fondamentali. Raggiunti almeno in parte gli obiettivi minimi.	6
Conoscenze parziali e imprecise su parti essenziali; Non del tutto raggiunti gli obiettivi minimi.	5
Conoscenze lacunose e carenti su parti essenziali o compito non consegnato. Non ancora raggiunti gli obiettivi minimi.	4
l'alunno non mette in pratica nessuna delle azioni proposte o non esegue/ non consegna il lavoro assegnato, nonostante i numerosi e reiterati solleciti.	3