



**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



<p>PROGRAMMAZIONE DEL DIPARTIMENTO DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE</p>	<p>Disciplina</p>
<p>a.s. 2024 / 2025</p>	<p>SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE</p>

<p>Referente</p>	<p>Prof.ssa Edda Stabile</p>
------------------	------------------------------

## Indice

1	COMPETENZE CHIAVE PER L'APPRENDIMENTO PERMANENTE (22/05/2018).....	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 .....	6
4	CONTENUTI RELATIVI A MODULI INTERDISCIPLINARI DI CLASSE .....	6
5	METODOLOGIE .....	7
6	TIPOLOGIA DI VERIFICHE .....	7
7	CRITERI DI VALUTAZIONE .....	7
8	TABELLA DI VALUTAZIONE DEL PROFITTO (deliberata dal Collegio Docenti).....	8
9	OBIETTIVI COGNITIVI – FORMATIVI DISCIPLINARI .....	9
9.1	SECONDO BIENNIO .....	9
9.1.1	PRIMO QUADRIMESTRE.....	9
9.1.2	SECONDO QUADRIMESTRE.....	10
9.2	QUINTO ANNO.....	12
9.2.1	PRIMO QUADRIMESTRE.....	12
9.2.2	SECONDO QUADRIMESTRE.....	13
10	GRIGLIA DI VALUTAZIONE PER LE VERIFICHE .....	15

## 1 COMPETENZE CHIAVE PER L'APPRENDIMENTO PERMANENTE (22/05/2018)

I Regolamenti sul riordino dei diversi Istituti Secondari di Secondo Grado (D.D.P.P.R.R. 87, 88 e 89 del 15 marzo 2010) e le successive Linee guida per il passaggio al nuovo ordinamento degli Istituti Tecnici e degli Istituti Professionale e le Indicazioni nazionali per i Licei hanno indicato le finalità principali dei nuovi curricula che riguardano il successo formativo degli studenti, attraverso l'acquisizione di adeguate:

- competenze culturali (per lo sviluppo dei saperi fondamentali)
- competenze professionali (per l'occupabilità)
- competenze sociali (per la cittadinanza)

Le otto competenze chiave per l'apprendimento permanente

**1. Competenza alfabetica funzionale**

**2. Competenza multilinguistica**

**3. Competenza matematica e competenza in scienze, tecnologie e ingegneria**

**4. Competenza digitale**

**5. Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare**

**6. Competenza in materia di cittadinanza**

**7. Competenza imprenditoriale**

**8. Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali**

## 2 OBIETTIVI COGNITIVI E FORMATIVI

Gli obiettivi sono declinati per singola classe, riferiti al nuovo ordinamento dei Licei, Istituti tecnici e Professionali (D.P.R. 88 e 89 del 2010 e le Direttive 4-5 del 2012) e al profilo educativo, culturale e professionale (PECUP) e alle competenze disciplinari attese nel corso del quinquennio con l'articolazione dei saperi in conoscenze e abilità 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 le potenzialità del movimento del proprio corpo e le funzioni fisiologiche.
- 2) Rispondere in maniera adeguata alle varie afferenze (proprioceptive ed esteroceptive) anche in contesti complessi, per migliorare l'efficacia dell'azione motoria.
- 3) Assumere posture corrette in presenza di carichi.
- 4) Gestire in modo autonomo la fase di avviamento in funzione dell'attività scelta.

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

- 1) Conoscere tempi e ritmi dell'attività motoria, riconoscendo i propri limiti e potenzialità.
- 2) Rielaborare il linguaggio espressivo adattandolo a contesti diversi.
- 3) Essere in grado di comprendere la mimetica arbitraria degli sport praticati.

4) 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.

**Il gioco, lo sport, le regole e il fair play.**

- 1) Conoscere gli elementi fondamentali della Storia dello sport.
- 2) Conoscere ed utilizzare le strategie di gioco e dare il proprio contributo personale.
- 3) Conoscere la struttura e le regole degli sport affrontati e il loro aspetto educativo e sociale.
- 4) Organizzare percorsi motori e sportivi, tornei e manifestazioni sportive.

**Salute e benessere, prevenzione e sicurezza.**

- 1) Conoscere le norme di sicurezza.
- 2) Conoscere le norme principali di interventi in caso di infortunio.
- 3) Conoscere i principi per l'adozione di corretti stili di vita.
- 4) Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcol).

## 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
CLASSA TERZA	Essere in grado di orientarsi nello spazio.	Essere in grado di riconoscere i principali pasti della giornata e come vanno suddivisi.	Schemi motori di base.
	Essere in grado di stare in un gioco socializzando con i compagni.	Conoscere i fondamentali individuali di almeno un gioco di squadra.	Giochi di squadra . Elementi e fondamentali di Pallavolo, Basket, Tennis Tavolo, Calcio a 5, Badminton, Padel.
	Essere in grado di seguire una partita divertendosi e sostenendo una squadra.	Saper coadiuvare nell'arbitraggio di almeno un'attività sportiva	Conoscere le regole e i fondamentali degli sport praticati.
	Essere in grado di telefonare correttamente al 118 e chiedere aiuto.	Conoscere le norme essenziali e applicative del primo soccorso.	Conoscere gli elementi essenziali da inserire in una telefonata al pronto soccorso.
	Essere in grado di riconoscere i principali pasti della giornata e come vanno suddivisi.	Conoscere le norme essenziali di una sana alimentazione (suddivisione dei pasti).	Conoscere in maniera elementare quali sono gli alimenti che appartengono alle categorie dei carboidrati, delle proteine e dei grassi.

CLASSE QUARTA	Essere in grado di orientarsi nello spazio.	Saper eseguire una sequenza motoria semplice.	Schemi motori di base.
	Essere in grado di stare in un gioco socializzando con i compagni e rispettando le regole essenziali del gioco.	Conoscere i fondamentali individuali di almeno un gioco di squadra.	Giochi di squadra . Elementi e fondamentali di Pallavolo, Basket, Badminton, Tennis Tavolo, Calcio a 5, Padel.
	Essere in grado di seguire una partita divertendosi e sostenendo una squadra e riconoscendo il momento in cui viene realizzato il punto.	Saper coadiuvare nell'arbitraggio di almeno un'attività sportiva.	Conoscere le regole e i fondamentali degli sport praticati.
	Essere in grado di telefonare correttamente al 118 e chiedere aiuto.	Conoscere le norme essenziali e applicative del primo soccorso.	Conoscere gli elementi essenziali da inserire in una telefonata al pronto soccorso.
	Essere in grado di riconoscere i principali pasti della giornata e come vanno suddivisi.	Conoscere le norme essenziali di una sana alimentazione (suddivisione dei pasti).	Conoscere in maniera elementare quali sono gli alimenti che appartengono alle categorie dei carboidrati, delle proteine e dei grassi.
CLASSE QUINTA	Essere in grado di orientarsi nello spazio e di coordinare semplici movimenti.	Saper eseguire una sequenza motoria semplice.	Schemi motori di base.
	Essere in grado di stare in un gioco socializzando con i compagni e rispettando le regole essenziali del gioco.	Conoscere i fondamentali individuali di almeno un gioco di squadra.	Giochi di squadra. Regole e fondamentali di Pallavolo, Basket, Badminton, Tennis tavolo, Calcio a 5, Padel.

	Essere in grado di seguire una partita divertendosi e sostenendo una squadra e collaborando con l'arbitro.	Saper coadiuvare nell'arbitraggio di almeno un'attività sportiva.	Regole fondamentali degli sport praticati.
	Essere in grado di telefonare correttamente al 118 e chiedere aiuto. Riconoscere alcuni infortuni.	Conoscere le norme essenziali e applicative del primo soccorso.	Conoscere gli elementi essenziali da inserire in una telefonata al pronto soccorso I principali infortuni: La frattura e la distorsione.
	Essere in grado di riconoscere i principali pasti della giornata e di essere autonomo nella scelta di alimenti da acquistare.	Conoscere le norme essenziali di una sana alimentazione.	Conoscere in maniera elementare quali sono gli alimenti che appartengono alle categorie dei carboidrati, delle proteine ,dei grassi e delle vitamine.

### 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 Terze, Quarte e Quinte</b>	Potenziamento Fisiologico. Lessico e terminologia specifica delle Scienze Motorie. Elementi di anatomia, apparati e sistemi del corpo umano. Rielaborazione degli schemi motori di base
	Conoscenza e pratica dei giochi sportivi e delle discipline atletiche. Conoscenza delle regole del Primo Soccorso. Acquisizione di sani stili di vita. Principi del Fair play.
	Le nozioni fondamentali di anatomia funzionale e prevenzione salute. Gli effetti positivi dell'attività fisica. I principi dell'alimentazione nello sport e un breve riferimento al Doping.

### 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 Terza/</b>	-Conoscenza della tecnica di base di vari sport.( Italiano e Storia).
<b>Quarta</b>	- Adeguamento dello schema corporeo al mutevole periodi di accrescimento (Scienze naturali,Chimica e Fisica). - Studio di argomenti di teoria delle scienze motorie(Fisica, Chimica ).
<b>Classe Quinta</b>	- Approfondimenti di anatomia e fisiologia del corpo umano (Scienze). - Pratica del rispetto delle regole e delle leggi (Diritto). - Ampliamento degli aspetti letterari e storici dell'attività motoria (Italiano e Storia).

## 5 METODOLOGIE

Lezione frontale <i>(presentazione di contenuti e dimostrazioni logiche)</i>	Cooperative learning <i>(lavoro collettivo guidato o autonomo)</i>
Lezione interattiva <i>(discussioni sui libri o a tema, interrogazioni collettive)</i>	Problem solving <i>(definizione collettiva)</i>
Lezione multimediale <i>(utilizzo della LIM, di PPT, di audio video)</i>	Attività laboratoriali <i>(esperienza individuale o di gruppo)</i>
Lettura 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 terze
...	Simulazione prove Esame di Stato per le classi quinte.
...	Altro _____

**Numero delle verifiche:** almeno DUE verifiche per quadrimestre pratico e orale.

## 7 CRITERI DI VALUTAZIONE

Per la valutazione saranno adottati i criteri stabiliti dal POF d'Istituto (e le griglie elaborate dal Dipartimento relative alle verifiche scritte/pratiche ed orali) ed allegati alla presente programmazione. La valutazione terrà conto di:

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 in 10'	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 SECONDO BIENNIO

#### 9.1.1 PRIMO QUADRIMESTRE

<b>Unita di apprendimento 1: MI MUOVO E MI CONOSCO</b>		
<b>COMPETENZE</b>	<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITÀ</b>
Essere in grado di elaborare risposte motorie adeguate in situazioni complesse in ambienti diversi.	Camminare, correre, saltare e lanciare in tutte le direzioni. Stile circolare e pendolare della corsa.	Eseguire correttamente gli schemi motori di base in situazioni motorie e sportive complesse.
Applicare gli effetti della camminata veloce alle situazioni di tempo libero e di lavoro.	Camminare con le giuste spinte, la giusta rullata del piede a ritmi diversi e per tempi prolungati.	Praticare la camminata veloce.
Essere in grado di rispondere agli stimoli esterni in modo appropriato secondo le richieste specifiche.	Esercizi di controllo motorio, di equilibrio statico e dinamico e di trasformazione motoria.	Esercizi di controllo motorio, di equilibrio statico e dinamico e di trasformazione motoria.
<b>Unita di apprendimento 2: IL CORPO PARLA</b>		

Essere in grado di rappresentare in vari contesti e ambienti, aspetti della realtà ed emozioni, utilizzando in modo consapevole il linguaggio del corpo.	Affinamento degli schemi corporei di base, capacità condizionali e coordinative.  Elementi di trasversalità fra espressioni coreutiche e altri ambiti disciplinari. Coreografie, saggi, video.	Saper scegliere l'uso di uno o più linguaggi non verbali, appropriati alla situazione comunicativa.  Sapersi cimentare in produzioni artistiche, coreutiche, in base alle attitudini personali e del gruppo.
Essere in grado di gestire con equità i momenti competitivi.	La terminologia e la gestualità arbitrale delle partite di Pallavolo, Basket, Tennis Tavolo, Calcio a 5, Badminton, Padel.	Essere in grado di fare applicare le regole dei giochi e di conoscere le infrazioni.
Essere in grado di cambiare gesti ed atteggiamenti in rapporto alle sequenze e ritmi musicali.	L'espressività corporea.	Sapersi destreggiare con movimenti appropriati in tempi e velocità di azioni seguendo ritmi specifici.

### 9.1.2 SECONDO QUADRIMESTRE

<b>Unità di apprendimento 3: SPORT E FAIR PLAY</b>		
<b>COMPETENZE</b>	<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITÀ</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Essere in grado di praticare uno sport di squadra e alcune specialità dell'atletica leggera relazionandosi con gli altri nel rispetto delle regole.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fondamentali individuali e di squadra della Pallavolo, Pallacanestro, Badminton, Calcio a 5, Tennis Tavolo, Padel.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Eseguire correttamente i fondamentali individuali degli sport studiati e saper applicare le regole del gioco.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Essere in grado di avere atteggiamenti competitivi corretti e generosi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le regole di base dei giochi sportivi: Pallavolo, Pallacanestro, Badminton, Calcio a 5, Tennis Tavolo, Padel.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Praticare giochi e attività sportive rispettando le regole, le tecniche di base collaborando con i compagni.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Essere consapevoli dell'impegno necessario per perseguire il risultato sia nello sport che nella vita.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Preatletica: propedeutici e specifici delle corse e dei salti. La resistenza.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Essere in grado di riconoscere un allenamento aerobico e un allenamento anaerobico.</li> </ul>

<b>Unita di apprendimento 4: PERCORSO SALUTE E BENESSERE</b>		
<b>COMPETENZE</b>	<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITÀ</b>
Essere in grado di riconoscere ed assumere i corretti stili di vita.	I principi nutritivi e i gruppi alimentari. Idratazione corporea. I disturbi alimentari.	Saper riconoscere il valore nutritivo degli alimenti e saperli distribuire correttamente nella alimentazione quotidiana. Essere consapevoli dell'importanza della disidratazione nella prestazione sportiva e nella vita. Essere in grado di avere un rapporto sereno con il cibo.
Saper correre in ambiente naturale e gestire la fatica controllando il battito e conoscendo i benefici dell'attività aerobica.	La resistenza generale e specifica nella corsa. La corsa in ambiente naturale. La formula di Cooper.	Essere in grado di portare a termine l'allenamento in ambiente naturale che migliori la resistenza e la velocità.
Essere in grado di aver cura della propria salute muscolare e articolare nelle diverse situazioni di vita.	Lo stretching	Saper eseguire nei tempi e nelle modalità corrette l'allungamento muscolare in relazione dall'attività da svolgere o svolta.

## 9.2 QUINTO ANNO

### 9.2.1 PRIMO QUADRIMESTRE

<b>Unita di apprendimento 1: MI MUOVO E MI CONOSCO</b>		
<b>COMPETENZE</b>	<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITÀ/CAPACITÀ</b>
Praticare attività motorie sapendo riconoscere le proprie potenzialità ed i propri limiti.	Conoscere le funzioni e le capacità fisiologiche del proprio corpo  Conoscere i principi scientifici che stanno alla base dell'allenamento e della prestazione motoria.	Elaborare risposte motorie personali sempre più efficaci Saper assumere posture adeguate in presenza di carichi.
Essere in grado di pianificare una seduta di allenamento.	Le tecniche ed il processo dell'allenamento.	Utilizzare le proprie risorse e conoscenze per pianificare i modi e tempi di allenamento.
Essere in grado di applicare le tecniche specifiche degli sport praticati.	Le abilità del gesto tecnico delle discipline praticate	Saper individuare le abilità del gesto tecnico delle discipline praticate.
<b>Unita di apprendimento 2: IL CORPO PARLA</b>		
Produrre risposte motorie efficaci in base alle afferenze propriocettive ed esteroceettive anche in contesti particolarmente impegnativi.	Conoscere l'importanza degli analizzatori nel produrre risposte motorie coordinate ed efficaci.	Avere consapevolezza delle proprie capacità motorie e saperle utilizzare anche per il linguaggio non verbale .
Essere in grado di comunicare con linguaggio non verbale.	Conoscere gli elementi nel linguaggio corporeo.  Realizzare personalizzazioni efficaci variando il ritmo dell'azione motoria e sportiva.	Saper comunicare attraverso gesti ed posture mimiche.  Il ritmo delle azioni motorie complesse e il ritmo personale: Esercizi che riproducono un ritmo imposto dall'esterno; esercizi di tempismo esecutivo. Esercizi di

		trasformazione di ritmi forniti per via acustica: battute e musica.
--	--	---

## 9.2.2 SECONDO QUADRIMESTRE

<b>Unita di apprendimento 3: SPORT E FAIR PLAY</b>		
<b>COMPETENZE</b>	<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITÀ/CAPACITÀ</b>
Cooperare con i compagni di squadra esprimendo al meglio le proprie potenzialità.  Promuovere il rispetto delle regole ed il Fair Play	Conoscere gli elementi che caratterizzano l'attività ludica, in particolar modo quelli legati alla storia tradizionale e al suo aspetto educativo.	Praticare alcuni sport adottando gesti tecnici fondamentali e strategie di gioco
Essere in grado di organizzare tornei e attività sportive scolastiche.	Le regole e le tecniche di base dei giochi sportivi: Pallavolo, Pallacanestro, Badminton, Calcio a 5, Tennis Tavolo, Padel.	Saper organizzare e gestire eventi sportivi scolastici ed extrascolastici.
Essere consapevole dell'aspetto educativo e sociale dello sport interpretando la cultura sportiva in modo responsabile ed autonomo.	L'aspetto educativo e sociale dello sport: regole e tattiche degli sport praticati.  Struttura e organizzazione di un evento sportivo: le tabelle, gli arbitraggi, i gironi, ecc..  I corretti valori dello sport in contesti diversificati (il fair play sportivo).	Saper affrontare il confronto agonistico con etica corretta. Saper organizzare e gestire eventi sportivi.  Saper osservare e interpretare criticamente i comportamenti legati alla competizione sportiva.  Saper scegliere e svolgere autonomamente, sulla base delle proprie caratteristiche psico-fisiche, attività sportive individuali come stile di vita attivo.
<b>Unita di apprendimento 4: PERCORSO SALUTE E BENESSERE</b>		
Essere in grado di applicare le norme elementari di primo soccorso.	Chiamata al 118, Triage, GAS, BLS, RCP.	Saper applicare le norme elementari di primo soccorso.

<p>Essere in grado di adottare consapevolmente stili di vita improntati al benessere psico-fisico e saper progettare possibili percorsi individualizzati legati all'attività fisica utilizzando saperi e abilità acquisiti.</p>	<p>Affinamento schemi motori di base, capacità condizionali e coordinative.</p> <p>I principi dell'alimentazione nello sport.</p>	<p>Essere in grado di organizzare autonomamente percorsi di lavoro e saperli trasferire ad altri ambiti.</p>
<p>Saper esercitare uno spirito critico nei confronti di atteggiamenti devianti con l'uso di sostanze stupefacenti. Promuovere il rispetto per l'ambiente.</p>	<p>Gli aspetti educativi dello Sport e i suoi risvolti negativi :doping, aggressività, sport spettacolo, esasperazione agonistica.</p> <p>La storia dell'Educazione Fisica</p>	<p>Essere in grado di osservare e interpretare le dinamiche afferenti al mondo sportivo in funzione della propria crescita personale.</p>
<p>Comprendere il valore della vita e saperla tutelare in tutti i suoi aspetti.</p>	<p>I principi ed i valori essenziali della vita nelle comunità</p>	<p>Assumere comportamenti conformi ai principi e tutela della salute propria ed altrui.</p>
<p>Saper selezionare le conoscenze acquisite, tramite gli apprendimenti e l'esperienza vissuta, per costruire itinerari personalizzati.</p>	<p>I contenuti relativi a uno stile di vita improntato al benessere psichico: i corretti stili di vita sia sul piano sociale che alimentare e fisico.</p>	<p>Essere in grado di applicare dinamiche differenti in funzione della crescita personale,</p>

## 10 GRIGLIA DI VALUTAZIONE PER LE VERIFICHE

### GRIGLIE DI VALUTAZIONE SCIENZE MOTORIE A.S. 2024/2025

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	<p>Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.</p> <p>Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.</p> <p>Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.</p> <p>Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole)</p>	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
			realizza risposte motorie precise e riesce a trasferirle in modo finalizzato in tutte le situazioni;	9
			realizza risposte motorie quasi sempre adatte e sa trasferirle in modo efficace nelle diverse situazioni;	8
			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 si affronta e pertanto non è in grado di rielaborarlo;	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			
2. Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva	Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte	Utilizza gli aspetti comunicativo relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (fair play)	L'alunno conosce e rielabora in modo personale il percorso didattico, approfondendo autonomamente i contenuti;	10

	<p>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 arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.</p>	<p>come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.</p>	<p>conosce e rielabora in modo personale il percorso didattico, approfondendo i contenuti in modo pluri-disciplinare;</p> <p>conosce i contenuti disciplinari e li elabora in modo completo, personale e approfondito;</p> <p>conosce in modo completo i contenuti affrontati ma non è sempre puntuale nella sua organizzazione;</p> <p>conosce in modo sostanziale i contenuti del lavoro affrontato, ma non riesce a rielaborarli in modo personale;</p> <p>conosce solo alcuni contenuti del lavoro affrontato e la rielaborazione risulta a volte disordinata e incompleta;</p> <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>	<p>9</p> <p>8</p> <p>7</p> <p>6</p> <p>5</p> <p>4</p> <p>3</p>
<p>3. Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p>	<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 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</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> <p>conosce, rispetta, gestisce le regole sportive e collabora in modo produttivo con gli altri;</p> <p>conosce e rispetta le regole sportive e collabora nel gruppo e nella squadra;</p> <p>lavora nel gruppo cercando di collaborare in modo costruttivo, rispetta le regole ma non sempre dimostra di averle interiorizzate;</p>	<p>10</p> <p>9</p> <p>8</p> <p>7</p> <p>6</p>



	vittoria sia in caso di sconfitta.		<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>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>	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>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 non si applica in modo</p>	<p>10</p> <p>9</p> <p>8</p> <p>7</p> <p>6</p>

			<p>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. 2024/2025

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. 2024/2025

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 raggiuti gli obiettivi minimi.	5
Conoscenze lacunose e carenti su parti essenziali o compito non consegnato. Non ancora raggiungi 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