
	MVAL 16	Modulistica Valutazione:  <b>PROGRAMMAZIONE DI DIPARTIMENTO SECONDO BIENNIO E QUINTO ANNO</b>	Revisione: 2
			Data: 18/04/2016
			Pagina 1 di 4
			DS: originale firmato

DIPARTIMENTO SCIENZE MOTORIE

A. SC.: 2018/19

<p><b>1. FINALITA' (coerenti con il POF)</b></p> <p>L'educazione mediante il movimento contribuisce allo sviluppo integrale della personalità e si avvale sia dell'educazione del corpo intesa come sviluppo e conservazione del medesimo, sia dell'educazione al corpo- intesa come atteggiamento positivo verso il corpo stesso.</p> <p>Le finalità che si vorranno raggiungere, dovranno tenere conto delle reali capacità degli allievi e dovranno prendere in considerazione gli obiettivi che ciascun componente del gruppo potrà raggiungere.</p> <p>L'insegnante dovrà perciò aiutare tutti gli alunni a diventare più consapevoli dei propri valori e delle proprie aspirazioni e favorire quel clima di compartecipazione e di cooperazione per il conseguimento degli obiettivi di tutti.</p> <p><b>OBIETTIVI EDUCATIVI:</b></p> <p>a) maturazione della coscienza relativa alla propria corporeità, sia come disponibilità e padronanza motoria, sia come capacità di relazione per superare le difficoltà e le contraddizioni tipiche dell'età.</p> <p>b) acquisizione di una cultura delle attività di moto e sportive che tenda a promuovere la pratica motoria come costume di vita e la coerente coscienza e conoscenza dei diversi significati che lo sport assume nell'attuale società.</p> <p>c) acquisizione di un corretto comportamento tra alunni e tra alunni ed insegnanti, rispetto per l'ambiente e le attrezzature, rispetto del prossimo ed accettazione dei propri limiti e di quelli dei compagni.</p> <p>d) consolidamento delle attitudini personali nei confronti di attività sportive specifiche e di attività motorie che possano tradursi in capacità trasferibili al campo lavorativo creando nella pratica sportiva una abitudine permanente di vita.</p> <p>e) consolidamento di una equilibrata coscienza sociale, basata sulla consapevolezza di se e sulla capacità di integrarsi e differenziarsi nel e dal gruppo tramite l'esperienza concreta di contatti socio-relazionali soddisfacenti.</p> <p>f) capacità di autocontrollo e di autoregolazione nella pienezza e nella consapevolezza delle proprie responsabilità</p> <p>g) eliminazione di contrasti, intolleranze, insofferenze e tensioni interpersonali.</p> <p>h) acquisizione di un metodo di lavoro per apprendere, trasferibile a qualunque attività.</p> <p>I presupposti didattici in questo periodo sono di carattere prevalentemente fisico e strategico motorio, intendendo con questo termine lo studio e il perseguimento del movimento finalizzato e speculativo e pertanto delle migliori tecniche e strategie motorie per conseguire un risultato utile in maniera economica, con il minimo dispendio energetico e l'utilizzazione del movimento più razionale.</p> <p>Nella fase che l'auxologia definisce MUSCOLARE nella quale si avverte l'inizio ed il progressivo affermarsi della funzione del sistema muscolare, l'obiettivo programmatico a cui tendere maggiormente è quello relativo alla pratica sportiva pur perseguendo con esso scopi del potenziamento fisiologico e dell'arricchimento del bagaglio degli schemi motori</p> <p>Sarà importante l'uso dei grandi attrezzi adatti al potenziamento muscolare e dei piccoli attrezzi, quali sussidi didattici anche in occasione della strutturazione di percorsi ginnastici o circuiti allenanti tramite l'uso dei quali si potrà ottenere l'incremento delle qualità fisiche condizionali, base su cui far</p>
---

	MVAL 16	Modulistica Valutazione:  <b>PROGRAMMAZIONE DI DIPARTIMENTO SECONDO BIENNIO E QUINTO ANNO</b>	Revisione: 2
			Data: 18/04/2016
			Pagina 2 di 4
			DS: originale firmato

risaltare le capacità coordinative più complesse, attraverso la manifestazione delle quali si potrà giungere alla pratica sportiva.

**2. COMPETENZE TRASVERSALI**  
Educazione alla cittadinanza, conoscenze digitali, sviluppo e senso di iniziativa, imparare ad imparare

**3. COMPETENZE DELLA DISCIPLINA (riferimenti normativi: LINEE GUIDA 2012)**  
1) movimento, linguaggio del corpo, gioco-sport, benessere e salute  
2) gioco-sport, benessere e salute

<b>4. PERCORSO DISCIPLINARE</b>			
<b>UNITÀ DI APPRENDIMENTO<sup>1</sup></b>	<b>ABILITA'</b>	<b>CONOSCENZE</b>	<b>PERIODO<sup>2</sup></b>
<b>MOVIMENTO</b>	<b>REALIZZARE ELEMENTARI SCHEMI MOTORI FUNZIONALI ALL'ATTIVITÀ MOTORIA</b>	<b>CONOSCERE IL PROPRIO CORPO ; POSTURE , FUNZIONI FISILOGICHE PRINCIPALI</b>	<b>PRIMO E SECONDO QUADRIMESTRE</b>
<b>LINGUAGGI CORPOREI</b>	<b>IDEARE E REALIZZARE ALCUNE SEQUENZE DI MOVIMENTO CON FINALITÀ ESPRESSIVE</b>	<b>CONOSCERE ALCUNE MODALITÀ DI UTILIZZO DEI DIVERSI LINGUAGGI NON VERBALI</b>	<b>PRIMO E SECONDO QUADRIMESTRE</b>
<b>SALUTE E BENESSERE</b>	<b>ASSUMERE COMPORTAMENTI ADEGUATI PER PREVENIRE GLI INFORTUNI ED APPLICARE PROCEDURE di PRIMO SOCCORSO</b>	<b>CONOSCERE I PRINCIPALI BENEFICI DELL'ALLENAMENTO, LE INFO ESSENZIALI SU di UNA CORRETTA ALIMENTAZIONE, PRINCIPALI NOZIONI di PRIMO SOCCORSO.</b>	<b>PRIMO E SECONDO QUADRIMESTRE</b>


**5. COMPETENZE MINIME IRRINUNCIABILI PER L'AMMISSIONE ALLA CLASSE SUCCESSIVA**  
Lo studente, al termine del **secondo biennio nelle seguenti aree**, oltre ai consolidamento degli obiettivi raggiunti nel biennio, dovrà dimostrare di:

**PERCEZIONE DI SE e COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO DELLE CAPACITÀ MOTORIE ED ESPRESSIVE**

- aver acquisito una maggiore padronanza di sé attraverso l'ampliamento delle capacità coordinative, condizionali ed espressive comprendendo e producendo consapevolmente i messaggi nono verbali leggendo criticamente e decodificando i propri messaggi corporei e quelli altrui
- saper valutare le proprie capacità confrontando, in alcuni casi, i propri parametri con tabelle di riferimento, individuare, organizzare e praticare esercitazioni efficaci per incrementare le capacità coordinative e condizionali
- conoscere ed applicare alcune metodiche di allenamento tali da poter affrontare attività motorie e sportive di alto livello, supportate anche da approfondimenti culturali e tecnico-tattici
- saper sperimentare varie tecniche espressivo-comunicative in lavori individuali e di gruppo, che

<sup>1</sup> Titolo dell'Unità di apprendimento. Specificare se l'UdA è interdisciplinare; se necessario si possono indicare, in alternativa al Titolo, le Competenze Specifiche Disciplinari coerenti con le Linee Guida.

<sup>2</sup> Periodo di attuazione.

	MVAL 16	Modulistica Valutazione:  <b>PROGRAMMAZIONE DI DIPARTIMENTO SECONDO BIENNIO E QUINTO ANNO</b>	Revisione: 2
			Data: 18/04/2016
			Pagina 3 di 4
			DS: originale firmato

potranno suscitare un'autoriflessione ed un'analisi dell'esperienza vissuta

### **LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY**

- praticare gli sport approfondendo, dove possibile, la tecnica e la tattica nonché la partecipazione e l'organizzazione di competizioni della scuola nelle diverse specialità sportive o attività espressive
- saper organizzare eventi sportivi nel tempo scuola o extra scuola
- cooperare in equipe, utilizzando e valorizzando con la guida del docente le propensioni individuali e l'attitudine a ruoli definiti

### **SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE**

- prendere coscienza della propria corporeità al fine di perseguire quotidianamente il proprio benessere individuale
- saper adottare comportamenti idonei a prevenire infortuni nelle diverse attività, nel rispetto della propria e altrui incolumità
- conoscere le informazioni relative all'intervento di primo soccorso
- conoscere le principali norme di comportamento ai fini del mantenimento di una salute dinamica e di una corretta igiene corporea e le principali implicazioni fisiologiche derivanti dalla pratica dell'attività sportiva;

### **RELAZIONE CON L'AMBIENTE NATURALE E TECNOLOGICO**

- aver sviluppato un rapporto con la natura attraverso attività che permettano esperienze motorie ed organizzative di maggior difficoltà, stimolando il piacere di vivere esperienze diversificate, sia individualmente che di gruppo
- saper affrontare l'attività motoria e sportiva utilizzando attrezzi, materiali ed eventuali strumenti tecnologici e/o informatici

## **6. METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE**


Le lezioni si svolgeranno sia in modo frontale che in gruppi di lavoro, attraverso un iter metodologico sia induttivo che deduttivo; la scelta metodologica sarà dettata di volta in volta dal livello di difficoltà e dalla capacità di apprendimento degli alunni. Per alcuni gesti tecnici di particolare difficoltà, sarà opportuna una metodologia di intervento di tipo analitico, mentre negli altri casi dovrà essere privilegiata una forma di intervento globale e di attività ludica.

### **Una lezione tipo comprenderà:**

- a) una parte introduttiva generale nella quale verrà svolta un'attività indifferenziata a regime aerobico e una parte specifica in cui si preparerà il tema della lezione.
- b) una fase principale per l'apprendimento di nuove tecniche e abilità motorie.
- c) una fase conclusiva (se possibile) di defaticamento psicofisico e di ritorno alla tranquillità funzionale.

## **7. RISORSE E STRUMENTI DIDATTICI**

Si cercherà di utilizzare il maggior numero di attrezzi a disposizione della palestra, sia in maniera codificata che di riporto; sarà opportuno l'utilizzo di appunti e dispense fornite dall'insegnante per l'approfondimento di alcune tematiche particolari.

	MVAL 16	Modulistica Valutazione:  <b>PROGRAMMAZIONE DI DIPARTIMENTO SECONDO BIENNIO E QUINTO ANNO</b>	Revisione: 2
			Data: 18/04/2016
			Pagina 4 di 4
			DS: originale firmato

<p><b>8. VERIFICHE E CRITERI DI VALUTAZIONE (coerenti con le indicazioni contenute nel POF)</b></p> <p>Le valutazioni saranno sia formali con test, esercitazioni e osservazioni sistematiche che informali basate sulla raccolta di elementi della personalità di ciascuno quali: l'immagine di se maturata, la capacità di autocontrollo, le modalità di partecipazione alle attività, la capacità di impegno (anche nelle attività meno amate), la disponibilità cooperativa il rispetto delle regole, il rispetto e l'attenzione verso gli altri, la capacità di inclusione e di collaborazione con i meno abili, il senso di cittadinanza. La griglia di valutazione sarà in linea con quanto previsto dal P.O.F., il recupero sarà in Itinere, mentre per gli alunni con particolari problemi si provvederà a strutturare delle prove scritte e/o orali.</p> <p>I momenti di verifica e di valutazione saranno quindi:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. almeno 2 per Trimestre e Pentamestre</li> <li>2. basate sull'osservazione sistematica con scadenze quotidiane</li> <li>3. basate su valutazioni oggettive (esercitazioni e test)</li> <li>4. orali e/o scritte (prevedendo l'utilizzo di prove strutturate)</li> </ol>
---

Mirano, 30 Ottobre 2018  
.....

Firma del Direttore di Dipartimento  
.....