

## PROGRAMMAZIONE SCIENZE MOTORIE

ANNO SCOLASTICO 2024/25

CLASSE 1° SEZ. B

INDIRIZZO: TURISMO

PROFESSORE GIANNO GIAMPIERO

1. PROFILO GENERALE DELLA CLASSE
2. OBIETTIVI SOCIO – AFFETTIVI E COMPORTAMENTALI, COGNITIVI
3. METODOLOGIA DIDATTICA
4. MODALITA' DI VERIFICA
5. CRITERI DI VALUTAZIONE
6. AMBITI E UDA

### 1. PROFILO GENERALE DELLA CLASSE

La classe risulta composta da 17 alunni, di cui 14 ragazze e 3 ragazzi. Alcuni alunni frequentano per la seconda volta. Sul piano della socializzazione si evidenzia una divisione in due gruppi, probabilmente causata dalla diversa provenienza dalla scuola secondaria di primo grado. Il comportamento degli alunni risulta spesso corretto sia nei confronti degli insegnanti che dei compagni.

Dalle prime verifiche pratiche si evince una buona partecipazione alle attività ed una buona attitudine nei confronti della disciplina.

Il rapporto interpersonale tra gli alunni e tra alunni ed insegnante risulta, in generale, sereno e collaborativo.

### 2. OBIETTIVI SOCIO – AFFETTIVI E COMPORTAMENTALI

Assunzione di atteggiamenti responsabili e corretti nei confronti dello studio, del gruppo classe, dei docenti, nonché delle strutture scolastiche attraverso:

- una partecipazione, sempre più attiva, al dialogo educativo nel rispetto del pluralismo culturale e ideologico;
- il conseguimento, di fronte alla realtà e nelle relazioni interpersonali, di atteggiamenti di responsabilità, di autonomia e di collaborazione costruttiva e personale, al fine di superare atteggiamenti egocentrici e di saper lavorare in gruppo stimolando e al tempo stesso valorizzando il lavoro di ciascuno.
- la capacità di autocontrollo e di interiorizzazione delle norme del vivere civile;
- lo sviluppo dell'interesse e il potenziamento della partecipazione al processo educativo.

### OBIETTIVI COGNITIVI

- Imparare a imparare: organizzare e gestire il proprio apprendimento al fine di realizzare un metodo di studio e di lavoro autonomo e, il più possibile, articolato.
- Progettare: elaborare e realizzare, sulla base delle conoscenze pregresse e di idonee strategie operative, progetti aventi obiettivi significativi e realistici, di cui verificare, nella fase conclusiva, i risultati raggiunti.

- Comunicare o comprendere messaggi: comprendere messaggi di genere diverso (quotidiano, letterario, tecnico, scientifico) e di complessità diversa, trasmessi utilizzando i vari tipi di linguaggio (verbale, matematico, scientifico, simbolico, etc.) mediante supporti cartacei, informatici e multimediali.
- Collaborare e partecipare: interagire in gruppo in modo attivo e consapevole, contribuendo all'apprendimento comune, sulla base del rispetto del pluralismo ideologico, che si fonda sul riconoscimento dei propri e degli altrui diritti e doveri e che consente la concretizzazione di attività collettive, in cui siano valorizzate le capacità di ogni singolo componente.
- Agire in modo autonomo e responsabile: 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, secondo il tipo di problema, contenuti e metodi delle diverse discipline.
- Risolvere problemi: realizzare, con il contributo delle discipline interessate, soluzioni a situazioni problematiche, utilizzando fonti e risorse adeguate, secondo una operatività di carattere scientifico.
- Individuare collegamenti e relazioni: individuare e rappresentare collegamenti e relazioni, analogie e differenze tra fenomeni ed eventi anche lontani nello spazio e nel tempo, in un'ottica, il più possibile, interdisciplinare.
- Acquisire e interpretare l'informazione: acquisire e interpretare criticamente le informazioni ricevute distinguendo i fatti dalle opinioni, valutandone l'attendibilità e l'utilità.

#### OBIETTIVI COMPORTAMENTALI

Oltre quelli del biennio iniziale, a cui si fa riferimento e che vanno consolidati, vengono fissati, per il loro essere finalizzati alla concretizzazione di quelle che sono le competenze chiave di cittadinanza attiva, i seguenti obiettivi:

- saper valutare criticamente la realtà;
- sapersi fare promotori di iniziative di solidarietà e di pace;
- saper lavorare in gruppo stimolando e valorizzando il contributo di ciascuno;
- sviluppare un'autonomia operativa nell'ambito delle varie discipline tale da favorire successivi approfondimenti e specializzazioni;
- sapersi orientare nelle scelte per gli studi successivi o per l'inserimento nel mondo del lavoro.

### 3. METODOLOGIA DIDATTICA

Si prevede l'utilizzo della palestra, di libri di testo, lavagne interattive multimediali, sussidi audiovisivi, e attrezzature.

### 4. MODALITA' DI VERIFICA

STRUMENTI PER LA VERIFICA FORMATIVA (controllo in itinere del processo di apprendimento)

All'inizio dell'anno scolastico saranno effettuati dei test di partenza che metteranno in evidenza le condizioni psico-fisiche di base degli alunni; inoltre, mensilmente e per tutto l'anno, saranno effettuate delle verifiche formative basate sui gesti tecnici e sulla conoscenza teorica degli argomenti svolti che saranno confrontati con i test di partenza.

## STRUMENTI PER LA VERIFICA SOMMATIVA (controllo del profitto scolastico ai fini della valutazione)

Saranno tenuti in considerazione, oltre alle varie verifiche in itinere, la frequenza, la partecipazione e l'interesse dimostrati per le varie attività. Verranno altresì considerate la disponibilità e la collaborazione verso i compagni e verso l'insegnante, la puntualità, la correttezza, il comportamento educato ed il rispetto del materiale e delle norme di convivenza civile. La verifica sul programma teorico prevede test a risposta multipla e/o risposta aperta.

### NUMERO VERIFICHE SOMMATIVE PREVISTE PER OGNI PERIODO

È prevista una verifica sommativa al termine del 1° quadrimestre, un'altra al termine del 2° quadrimestre.

Per gli alunni esonerati dalla parte pratica delle lezioni di scienze motorie e sportive per motivi di salute, sarà in ogni caso richiesta la conoscenza teorica degli argomenti svolti, coinvolgendoli in attività di arbitraggio e/o di organizzazione dei giochi di squadra.

La verifica del raggiungimento delle conoscenze, abilità e competenze previste dal Nuovo Ordinamento deriverà da un più possibilmente ampio insieme di modalità elencate.

### 5. CRITERI DI VALUTAZIONE

La valutazione deriverà dalla misura del livello raggiunto in termini di conoscenze, abilità e competenze sulla base degli standard formativi individuati nelle programmazioni disciplinari. Tale misurazione sarà tradotta in un voto, ottenuto attraverso la griglia di valutazione generale di seguito riportata, che verrà reso noto all'allievo con opportune indicazioni, utili a trasformare in occasione di formazione anche il momento valutativo.

#### ASPETTO MOTORIO

PESO 20%

- |      |      |   |
|------|------|---|
| Voto | 10/9 | Realizza gesti tecnicamente corretti, efficaci nei risultati e armonici nell'esecuzione |
| Voto | 8    | Il movimento è organizzato in modo plastico, l'azione risulta nel complesso valida      |
| Voto | 7    | Il gesto effettuato è globalmente accettabile nelle modalità di esecuzione.             |
| Voto | 6    | I risultati dell'azione sono sufficienti  |
| Voto | 5    | L'esecuzione dei movimenti è approssimativa, insufficiente organizzazione psicomotoria. |

#### ASPETTO TECNICO E TATTICO DEGLI SPORT INDIVIDUALI E DI SQUADRA

PESO 20%

- |      |      |  |
|------|------|--|
| Voto | 10/9 | Applica soluzioni tattiche adeguate alle varie problematiche di gioco                    |
| Voto | 8    | Utilizza sempre correttamente i fondamentali nelle dinamiche di gioco                    |
| Voto | 7    | Esegue correttamente i fondamentali  |
| Voto | 6    | Esegue i fondamentali in modo sufficiente impreciso ed approssimativo                    |
| Voto | 5    | Esegue i fondamentali in modo impreciso; si rifiuta di giocare o di svolgere l'esercizio |

#### ASPETTO COGNITIVO

PESO 20%

- |      |      |   |
|------|------|---|
| Voto | 10/9 | Conosce gli argomenti in modo completo e dettagliato, utilizza in modo corretto la terminologia specifica. È in grado di collegare le conoscenze teoriche acquisite con gli aspetti operativi sperimentati. |
|------|------|---|

Voto 8/7 Conosce discretamente i contenuti della materia e adotta un linguaggio generalmente appropriato. Sa cogliere i riferimenti teorici essenziali nello svolgimento delle attività.

Voto 6 Conosce e comprende i contenuti nelle linee fondamentali, utilizza un lessico sufficientemente adeguato.

Voto 5 Conosce in modo parziale gli argomenti e fa un uso impreciso ed approssimativo dei termini. Mostra gravi lacune nella conoscenza degli argomenti; l'esposizione e l'espressione sono carenti.

#### ASPETTO COMPORTAMENTALE

PESO 40%

Voto 10/9 Partecipa costantemente, in modo attivo e con elevato interesse. Svolge un ruolo positivo all'interno del gruppo coinvolgendo anche i compagni; sempre molto corretto e responsabile, si impegna con rigore e metodo

Voto 8/7 Partecipa attivamente e in modo proficuo, collabora con i compagni e si impegna costantemente in modo adeguato. Generalmente è corretto e responsabile

Voto 6 Partecipa in modo continuo ma poco attivo. Collabora con i compagni se sostenuto; si impegna in modo accettabile rispettando le regole stabilite.

Voto 5 Partecipa in modo discontinuo ed è poco disponibile alla collaborazione. Adotta un comportamento dispersivo o di disturbo e si impegna in modo superficiale e settoriale.

#### OBIETTIVI MINIMI

In gruppo, osservarsi reciprocamente individuando eventuali asimmetrie e vizi del portamento che andranno riportati su un foglio di rilevazione, confrontare poi i dati rilevati.

In gruppo rilevare e confrontare con tabelle e grafici i dati delle pulsazioni a riposo subito dopo lo sforzo e dopo 1' e/o 3' di recupero e formulare un'ipotesi personale sulle ragioni dei differenti andamenti.

## 6. AMBITI E UDA

### AMBITO 1: Movimento

#### UDA 1: L'organizzazione del corpo umano

- Lo scheletro

#### UDA 2: Anatomia e fisiologia dei principali sistemi e apparati

- L'apparato articolare

#### UDA 3: Linguaggio specifico della disciplina (posizioni, movimenti, atteggiamenti ecc.)

- Esercitazioni propriocettive
- Stretching, attivo e passivo
- Spinte, slanci, circonduzioni a carico naturale e con piccoli attrezzi,
- Elementi di preacrobatica semplice,
- Individuare i siti sensibili alle misurazioni della frequenza cardiaca,
- Riconoscere e distinguere le informazioni provenienti da muscoli ed articolazioni.
- Riconoscere e distinguere la differenza tra stiramento, contrazione e rilassamento del muscolo.
- Controllare, nei diversi nei diversi piani dello spazio i movimenti permessi dalle articolazioni.

- Utilizzare consapevolmente il proprio corpo nel movimento.
- Rilevare il battito cardiaco a riposo e dopo lo sforzo in varie parti del corpo.
- Utilizzare il lessico specifico della disciplina.

Lo studente dovrà conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità in grandi linee; ampliare le capacità coordinative e condizionali realizzando schemi motori di base utili ad affrontare competizioni sportive;

#### AMBITO 2: Linguaggio del corpo

UDA 1: Gli aspetti della comunicazione verbale e non verbale.

UDA 2: La comunicazione sociale (prossemica).

- Esercizi a corpo libero in coppia, giochi di ruolo, e drammatizzazione
- Riconoscere i gesti e i segni della comunicazione non verbale.
- Riconoscere la differenza tra movimento funzionale e movimento espressivo. comprendere e produrre consapevolmente semplici messaggi non verbali,
- Rappresentare differenti stati d'animo che devono essere riconosciuti dai compagni, sia utilizzando una maschera neutra sia senza.

#### AMBITO 3: Gioco sport

UDA 1: fondamentali individuali e di squadra delle discipline praticate

UDA 2: La terminologia tecnica e le regole del gioco

- la pallavolo
- la pallacanestro
- la pallamano
- l'atletica leggera
- il tennis tavolo

#### AMBITO 4: Salute e benessere

- Gli infortuni: come prevenirli e primo soccorso