

MINISTERO DELL'ISTRUZIONE, DELL'UNIVERSITA' E DELLA RICERCA
UFFICIO SCOLASTICO REGIONALE PER IL LAZIO
ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE "C. BARONIO"

03039 S O R A (FR) DISTRETTO n. 56

SEDE: Viale San Domenico, s.n.c Tel. 0776/ 831284 Fax 0776/824594 (Sede Accreditata e Certificata)
e-mail: friso27009@istruzione.it pec: friso27009@pec.istruzione.it Codice Fiscale 91026720606
Web: <http://www.iisbaronio.it/> Codice Istituto: FRIS027009

PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE

approvata dal consiglio di classe del 20/10/2015

DOCENTE: CARLODALATRI STEFANO

MATERIA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

CLASSE: III D

A.S. 2015-2016

N. ore settimanali nella classe 2

1. ANALISI DELLA SITUAZIONE DI PARTENZA

La classe è composta da 19 alunni; 2 ragazze e 17 ragazzi. Nella classe sono presenti due alunni diversamente abili; uno segue la programmazione equipollente, l'altro la programmazione curriculare. Due alunni non frequentano.

Profitto iniziale: dai test d'ingresso/dalle prime verifiche, la classe dimostra una sufficiente conoscenza delle strutture di base, gli schemi motori, i più importanti sono da affinare, le capacità coordinative sono da arricchire; le capacità condizionali sono da ampliare soprattutto la forza sub massimale e la resistenza di breve periodo. La metodologia è sufficiente.

Partecipazione: La maggior parte della classe dimostra un interesse adeguato per le lezioni proposte.

Comportamento: La classe dal punto di vista comportamentale è molto vivace ma educata.

FONTI DI RILEVAZIONE DEI DATI:

[x] Prove oggettive di valutazione (test, questionari, etc.);

[] Prove soggettive di valutazione (temi, relazioni, interrogazioni, etc.);

[x] Osservazioni degli studenti impegnati nelle attività didattiche;

[x] colloqui con gli alunni

[] colloqui con le famiglie

[] continuità didattica

[] _____

LIVELLI DI PROFITTO IN INGRESSO – ARGOMENTI

1° Livello (ottimo)	2° Livello (buono)	3° Livello (discreto)	4° Livello (sufficiente)	5° Livello (mediocre)	6° Livello (insufficiente)	7° Livello (grav.insufficiente)	N.C.
Alunni N. _____	Alunni N. _____	Alunni N. 3	Alunni N. 9	Alunni N. 5	Alunni N. _____	Alunni N. _____	Alunni N. 2
%	%	16%	47%	26%	%	%	11%

2. QUADRO DEGLI OBIETTIVI DI COMPETENZA**2.1 COMPETENZE CHIAVE DI CITTADINANZA TRASVERSALI DA PERSEGUIRE A CONCLUSIONE DELL'OBBLIGO SCOLASTICO**

AMBITO DI RIFERIMENTO	COMPETENZE CHIAVE da conseguire a fine obbligo scolastico	CAPACITA' (Ogni docente indichi le capacità che si intendono sviluppare in modo particolare nell'A.S. in corso)
COSTRUZIONE DEL SE'	<input checked="" type="checkbox"/> Imparare a imparare <input checked="" type="checkbox"/> Progettare	Essere capace di: <input checked="" type="checkbox"/> organizzare e gestire il proprio apprendimento <input type="checkbox"/> utilizzare un proprio metodo di studio e di lavoro <input type="checkbox"/> elaborare e realizzare attività seguendo la logica della progettazione
RELAZIONE CON GLI ALTRI	<input checked="" type="checkbox"/> Comunicare <input checked="" type="checkbox"/> Collaborare/partecipare <input checked="" type="checkbox"/> Agire in modo autonomo e responsabile	Essere capace di : <input type="checkbox"/> comprendere e rappresentare testi e messaggi di genere e di complessità diversi, formulati con linguaggi e supporti diversi. <input checked="" type="checkbox"/> Lavorare, interagire con gli altri in precise e specifiche attività collettive. <input checked="" type="checkbox"/> Inserirsi in modo attivo nella vita sociale facendo valere i propri diritti e riconoscendo quelli altrui, nel rispetto delle regole comuni.
RAPPORTO CON LA REALTA' NATURALE E SOCIALE	<input checked="" type="checkbox"/> Risolvere problemi <input checked="" type="checkbox"/> Individuare collegamenti e relazioni <input checked="" type="checkbox"/> Acquisire /interpretare l'informazione ricevuta	Essere capace di : <input checked="" type="checkbox"/> comprendere, interpretare ed intervenire in modo personale negli eventi del mondo <input type="checkbox"/> costruire conoscenze significative e dotate di senso <input type="checkbox"/> esplicitare giudizi critici distinguendo i fatti dalle operazioni, gli eventi dalle congetture, le cause dagli effetti

COMPETENZE DEGLI ASSI CULTURALI

DA PERSEGUIRE A CONCLUSIONE DELL'OBBLIGO SCOLASTICO

ASSE CULTURALE DEI LINGUAGGI

ASSE CULTURALE SCIENTIFICO TECNOLOGICO

ASSE CULTURALE MATEMATICO

ASSE CULTURALE STORICO-SOCIALE

Asse culturale storico-sociale

- **Capacità di percepire gli eventi storici nella loro dimensione locale, nazionale, europea, mondiale e di collocarli secondo le coordinate spazio-temporali cogliendo nel passato le radici del presente;**
- **Sviluppare il senso dell'appartenenza, alimentato dalla consapevolezza di essere inseriti in un sistema di regole fondato sulla tutela e sul riconoscimento dei diritti e dei doveri e concorrere alla convivenza civile e all'esercizio attivo della cittadinanza;**
- **Riconoscere le caratteristiche essenziali del sistema socio economico per orientarsi nel tessuto produttivo del proprio territorio.**

COMPETENZE IN AMBITO DISCIPLINARE

Competenze disciplinari del II° biennio
Classe III D

- 1. Conoscere il proprio corpo (apparati e sistemi) e le relative modificazioni per essere padroni del proprio schema motorio;**
- 2. Conoscere almeno due sport di squadra e due attività individuali;**
- 3. Elaborare ed ampliare alcuni schemi motori di base adattandoli alle varie situazioni che si presentano nel corso del lavoro. Ampliamento delle capacità coordinative e condizionali (apprendimento di abilità sportive);**
- 4. Collaborazione nei giochi. Rispetto dei compagni, delle regole, del docente. Consapevolezza degli effetti prodotti dall'attività fisica.**

ARTICOLAZIONE DELLE COMPETENZE IN ABILITA' E CONOSCENZE

COMPETENZA N. 1

Conoscere il proprio corpo (apparati e sistemi) e le relative modificazioni per essere padroni del proprio schema motorio;

CONOSCENZE	ABILITA'
Conoscere l'apparato muscolare ed osteo articolare per essere consapevoli della biomeccanica del proprio schema motorio.	Elaborare risposte motorie efficaci in situazioni complesse esaminando ed essendo consapevoli del proprio corpo.

COMPETENZA N.2

Conoscere almeno due sport di squadra e due attività individuali;

CONOSCENZE	ABILITA'
Conoscere gli aspetti essenziali della struttura e della evoluzione dei giochi e degli sport proposti. Conoscere la terminologia, il regolamento e la tecnica dei giochi e degli sport effettuati.	Trasferire e ricostruire autonomamente semplice tecniche, strategie e regole, adattandole alle proprie capacità. Acquisizione di abilità motoria e sportiva.

COMPETENZA N.3

Elaborare ed ampliare alcuni schemi motori di base adattandoli alle varie situazioni che si presentano nel corso del lavoro. Ampliamento delle capacità coordinative e condizionali (apprendimento di abilità sportive);

CONOSCENZE	ABILITA'
Conoscere i principali schemi d'azione legati all'apprendimento di abilità che si presentano nel corso del lavoro.	Organizzare il proprio lavoro e costruire autonomamente nuovi modelli che siano pertinenti al nuovo evento ed al nuovo problema.

COMPETENZA N. 4

**Collaborazione nei giochi. Rispetto dei compagni, delle regole, del docente.
Consapevolezza degli effetti prodotti dall'attività fisica.**

CONOSCENZE	ABILITA'
Sapersi orientare nelle varie situazioni nel rispetto reciproco. Sapersi alimentare e muovere nel rispetto della biologia e della teoria dell'allenamento.	Stabilire corretti rapporti interpersonali nell'ambito delle attività proposte. Affrontare ed avviare a soluzione i problemi in modo scientifico, originale e personale.

3. CONTENUTI DEL PROGRAMMA

Moduli	Unità didattiche	COMPETENZE
Primo trimestre	<p>Il corpo umano, strutture e funzioni: L'apparato muscolo-scheletrico; la fibra muscolare e il suo funzionamento ampliando l'aspetto fisiologico.</p> <p>Gli schemi motori di base: Ampliamento dei principali schemi di azione in situazioni motorie nuove e sempre più complesse.</p> <p>Ristrutturazione dei movimenti con l'arricchimento di nuove abilità motorie.</p> <p>Capacità condizionali: Lavoro sulla resistenza di breve periodo e sul meccanismo lattacido.</p> <p>Capacità coordinative. Proposte di esercizi più complessi arricchendole di proposte didattiche nuove.</p> <p>Giochi sportivi: apprendimento delle basi della Pallavolo, pallacanestro, calcio a 5, tennis tavolo, badminton, palla tamburello.</p>	<p>N.</p> <p>1</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>2</p> <p>2 - 4</p>
Secondo trimestre	<p>L'apparato osteo-articolare: le ossa, le diartrosi, i meccanismi del movimento.</p> <p>Gli schemi motori di base: apprendimento di abilità motorie modificando le posizioni di partenza e di arrivo con esercizi sempre nuovi.</p> <p>Arricchimento di esperienze motorie con percorsi sempre più impegnativi a livello coordinativo e condizionale.</p> <p>Capacità condizionali: Lavoro sulla resistenza di breve periodo; ripetute su distanze medie, lavoro sulla forza.</p> <p>Capacità coordinative. Lavori con piccoli attrezzi per ampliare le loro conoscenze motorie.</p> <p>Giochi sportivi: ampliamento del lavoro proposto, Partite.</p>	<p>N.</p> <p>1</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>2-4</p> <p>4</p>
Terzo trimestre	<p>L'apparato cardio-respiratorio: il funzionamento cardiaco e polmonare durante il movimento. Controllo individuale del lavoro cardiaco.</p> <p>Proposte di esercizi complessi con difficoltà alte di esecuzione e di apprendimento per mettere in crisi i sistemi coordinativi e condizionali attraverso situazioni complesse. Arricchimento del lavoro.</p>	<p>N.</p> <p>1</p> <p>3</p>

	Capacità coordinative: inserimento di capacità coordinative speciali: orientamento, equilibrio, anticipazione motoria, creatività motoria e differenziazione dinamica.	3
	Capacità condizionali: rapidità e velocità mettendo in crisi i meccanismi aerobici, aumentando o diminuendo (a seconda dei casi) i tempi di recupero.	2-3
	Escursionismo e trekking.	3
	Giochi sportivi: incontro tra classi. Visite guidate, internazionali di tennis, incontro sei nazioni.	4

4. EVENTUALI MODULI INTERDISCIPLINARI (Tra discipline dello stesso asse o di assi diversi)

5. METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE

Indicare le metodologie utilizzate:

- Lezione frontale; Lezione dialogata; Metodo induttivo; Metodo deduttivo;
 Metodo esperienziale; Metodo scientifico; Ricerca individuale e/o di gruppo;
 Scoperta guidata; Lavoro di gruppo; Problem solving; Brainstorming;

Indicare le strategie utilizzate:

- Lezione frontale lezione guidata lezione-dibattito lezione multimediale
 attività di gruppo argomentazione/discussione attività laboratoriali attività di ricerca
 risoluzione di problemi attività simulata studio autonomo problem solving
 brain storming role playing learning by doing e-learning

6. ATTREZZATURE E STRUMENTI DIDATTICI

- Laboratori: _____; Palestra coperta; Palestra scoperta; Computer
 Testi di consultazione; Lavagna luminosa; LIM Videocamera;
 Sussidi multimediali; Audioregistratore; Fotocopie ; _____;

7. MODALITÀ DI VERIFICA DEL LIVELLO DI APPRENDIMENTO

TIPOLOGIA DI PROVE DI VERIFICA	
<input checked="" type="checkbox"/> Test;	<input type="checkbox"/> Analisi testuale;
<input checked="" type="checkbox"/> Questionari;	<input type="checkbox"/> Risoluzione di problemi ed esercizi;
<input type="checkbox"/> Relazioni;	<input type="checkbox"/> Sviluppo di progetti;
<input type="checkbox"/> Temi;	<input checked="" type="checkbox"/> Interrogazioni;
<input type="checkbox"/> Saggi brevi;	<input type="checkbox"/> Prove grafiche;
<input type="checkbox"/> Traduzioni;	<input checked="" type="checkbox"/> Prove pratiche;
<input type="checkbox"/> Articoli di giornale;	<input checked="" type="checkbox"/> Test motori.

MODALITÀ DI RECUPERO	MODALITÀ DI APPROFONDIMENTO
Per le ore di recupero , si adopereranno le seguenti strategie e metodologie didattiche: <input checked="" type="checkbox"/> Riproposizione dei contenuti in forma diversificata; <input type="checkbox"/> Attività guidate a crescente livello di difficoltà; <input type="checkbox"/> Esercitazioni per migliorare il metodo di studio e di lavoro;	Per le ore di approfondimento invece, le seguenti: <input type="checkbox"/> Rielaborazione e problematizzazione dei contenuti <input type="checkbox"/> Impulso allo spirito critico e alla creatività <input checked="" type="checkbox"/> Esercitazioni per affinare il metodo di studio e di lavoro
	Attività previste per la valorizzazione delle eccellenze <ul style="list-style-type: none"> • •

8. CRITERI DI VALUTAZIONE

- Valutazione trasparente e condivisa, sia nei fini che nelle procedure;
- Valutazione come sistematica verifica dell'efficacia della programmazione per eventuali aggiustamenti di impostazione;
- Valutazione come impulso al massimo sviluppo della personalità (valutazione formativa);
- Valutazione come confronto tra risultati ottenuti e risultati attesi, tenendo conto della situazione di partenza (valutazione sommativa);
- Valutazione/misurazione dell'eventuale distanza degli apprendimenti degli alunni dallo standard di riferimento (valutazione comparativa);
- Valutazione come incentivo alla costruzione di un realistico concetto di sé in funzione delle future scelte (valutazione orientativa).

9. TABELLA PER LA VALUTAZIONE PERIODICA E FINALE DEGLI APPRENDIMENTI

Corrispondenza tra voti e livello di apprendimento

voto	descrittore	giudizio sintetico
9-10	L'allievo rielabora correttamente ed in modo originale i concetti appresi e fatti propri	ottimo
8	L'allievo dimostra di aver appreso gli argomenti in modo consapevole e sa applicarli senza errori	buono
7	L'allievo dimostra di aver appreso gli argomenti ma commette imprecisioni non gravi	discreto
6	L'allievo dimostra di aver compreso le parti essenziali degli argomenti/contenuti commette però alcuni errori anche se non gravi;	sufficiente
5	L'allievo dimostra di non aver acquisito completamente i contenuti .Commette errori di carattere tecnico e rivela lacune nella comprensione degli argomenti	mediocre
4	L'allievo dimostra di non aver studiato a sufficienza e commette gravi errori di carattere tecnico e concettuale	insufficiente
3-2	L'allievo dimostra di non aver acquisito i contenuti in nessuna forma	Gravemente insufficiente

Valutazione del Comportamento

Il comportamento degli studenti sarà oggetto di valutazione collegiale da parte del Consiglio di Classe, in sede di scrutinio intermedio e finale, sulla base di fattori quali la partecipazione al dialogo educativo, l'impegno, la diligenza nello studio, ecc.

10. INDICATORI DI VALUTAZIONE AI FINI DELLA CERTIFICAZIONE

LIVELLO	DESCRITTORI (livelli di padronanza)
0 (insufficiente)	
1 (base)	Lo studente svolge compiti semplici in situazioni note, mostrando di possedere conoscenze ed abilità essenziali e di saper applicare regole e procedure fondamentali
2 (intermedio)	Lo studente svolge compiti e risolve problemi complessi in situazioni note, compie scelte consapevoli, mostrando di saper utilizzare le conoscenze e le abilità acquisite
3 (avanzato)	Lo studente svolge compiti e problemi complessi in situazioni anche non note, mostrando padronanza nell'uso delle conoscenze e delle abilità. Sa proporre e sostenere le proprie opinioni e assumere autonomamente decisioni consapevoli