

ISTITUTO d'ISTRUZIONE SUPERIORE "ENRICO DE NICOLA"	
PROGRAMMAZIONE INDIVIDUALE - SEZIONE A: SINTESI	
MATERIA:	Scienze Motorie e Sportive
DOCENTE:	Roberta Colombo
CLASSE:	1BM
ANNO SCOLASTICO:	2024-2025
LIBRO DI TESTO: EDUCARE AL MOVIMENTO - ALLENAMENTO, SALUTE E BENESSERE. G.Fiorini, N.Lovecchio, S.Coretti, S.Bocchi. DeA Scuola Marietti scuola.	
SEZIONE B: DETTAGLIO ATTIVITA'	
Competenze e Obiettivi (riprendere quelli comuni indicati in Prog. dipartimentale, anche per gli obiettivi minimi)	Contenuti specifici dell'attività di insegnamento/apprendimento (indicare le unità di apprendimento che ognuno intende proporre nella propria classe)
1 COMPETENZE: Utilizzare in modo adeguato le abilità motorie precedentemente acquisite. OBIETTIVI: Percezione di sé e acquisizione e consolidamento delle capacità motorie ed espressive OBIETTIVI MINIMI: - Sviluppo degli schemi motori di base e propri di varie discipline motorie - Sviluppo della consapevolezza di sé - Sviluppo della capacità di relazione e delle capacità utili a lavorare in gruppo - Conoscenza di alcuni argomenti di anatomia	Definizione di movimento - Capacità di apprendimento e controllo motorio - Capacità condizionali (forza, velocità e resistenza) - Capacità coordinative - Mobilità articolare - Capacità espressivo-comunicative - Esercitazioni sulla destrezza - Test motori
2 COMPETENZE: Eeguire in modo globale i fondamentali di base di alcuni giochi sportivi di squadra. Comportarsi in modo corretto nella sfera pubblica e nelle relazioni con gli altri. Essere responsabile nel ruolo di studente rispetto a sé stessi, ai compagni di classe, al contesto di lavoro, ai materiali utilizzati. OBIETTIVI: Lo sport, le regole, il fair play OBIETTIVI MINIMI: - Conoscere i fondamentali di alcuni sport praticati a scuola - Partecipare, comunicare adeguatamente, contribuire in modo efficace al discorso disciplinare	Teoria, tecnica e didattica degli sport di squadra: - I giochi pre-sportivi - Pallavolo: fondamentali individuali (battuta, palleggio e bagher) - Pallacanestro: fondamentali individuali (palleggio, passaggio e tiro a canestro) Teoria, tecnica e didattica degli sport individuali: - Atletica Leggera (corsa, salti e lanci) - Badminton - Tennis Tavolo Etica sportiva: - Le regole e dinamiche degli sport praticati - L'aspetto educativo e sociale dello sport - Il Fair Play

- Nell' esercizio delle discipline proposte, non mettere a repentaglio la sicurezza altrui e quella personale		
3 COMPETENZE: Essere responsabile nel ruolo di studente rispetto a sé stessi, ai compagni; alle attrezzature impiegate. Acquisire nozioni basilari per il mantenimento della salute psicofisica. Comportarsi in modo corretto nella sfera pubblica e nelle relazioni con gli altri. Essere responsabile nel ruolo di studente. OBIETTIVI: Salute, benessere, sicurezza e prevenzione OBIETTIVI MINIMI: Ogni allievo dovrà prendere coscienza della propria corporeità al fine di perseguire quotidianamente il proprio benessere individuale. Dovrà adottare comportamenti idonei per prevenire infortuni nelle diverse attività, nel rispetto della propria e dell'altrui incolumità.		Il concetto di salute dinamica: - I principi fondamentali per il mantenimento di un buono - stato di salute - Nozioni basilari di una corretta alimentazione - L'importanza di una postura corretta - Cenni di anatomia del corpo umano Sicurezza e prevenzione: - Nozioni di primo soccorso - Le tecniche di assistenza attiva prima e durante il lavoro individuale - Il comportamento corretto in ambito scolastico - Uso corretto e rispetto del materiale scolastico - Autocontrollo - Abbigliamento idoneo - Impegno e partecipazione costante
4 COMPETENZE: Le attività in ambiente naturale e le loro caratteristiche Le norme di sicurezza nei vari ambienti e condizioni. Uso di strumenti tecnologici di supporto OBIETTIVI: Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico OBIETTIVI MINIMI: Gli allievi sapranno affrontare l'attività motoria e sportiva utilizzando attrezzi, materiali ed eventuali strumenti tecnologici e/o informatici		Il rapporto con la natura si svilupperà attraverso attività che è possibile svolgere in ambiente naturale (limitato alle esperienze limitrofe all'istituto) sia individualmente che nel gruppo. Uso di nuove tecnologie per l'allenamento Attività motoria all'esterno (quando possibile): corsa di resistenza, corsa veloce, lancio del Vortex, getto del Peso, Ultimate.
SEZIONE C: VERIFICHE		
NUMERO DI VALUTAZIONI PER QUADRIMESTRE: 2 primo quadrimestre, 3 secondo quadrimestre.		
TIPO VERIFICA	INDICATORI DI VALUTAZIONE	DESCRIPTORI DEL LIVELLO DI SUFFICIENZA DEGLI INDICATORI
PROVE PRATICHE: a. Osservazione in itinere dei progressi in ambito motorio b. Test motori e modalità di gioco: conoscenza, rispetto	1. COMPETENZA: utilizzare in modo adeguato le abilità motorie precedentemente acquisite; Eseguire in modo globale i fondamentali di base di alcuni giochi sportivi di squadra; Comportarsi in modo corretto nella sfera pubblica	Per ogni indicatore la valutazione va da 1 a 10. Voto complessivo: partirà dalla media dei voti attribuiti agli indicatori considerati e terrà conto dei miglioramenti, dell'impegno, della partecipazione, dell'uso corretto dell'ambiente scolastico e della costanza nell'essere equipaggiati con materiale sportivo idoneo all'attività sportiva. Sono concesse tre giustificazioni ad astenersi dalla pratica motoria nel primo periodo dell'anno e tre

e applicazione delle regole di gioco. c. Impegno e partecipazione alle attività d. Abbigliamento idoneo all'attività pratica PER GLI STUDENTI ESONERATI: Verranno assegnati approfondimenti teorici relativi agli argomenti affrontati.	e nelle relazioni con gli altri; Essere responsabile nel ruolo di studente rispetto a se stessi, ai compagni; alle attrezzature impiegate Acquisire nozioni basilari per il mantenimento della salute psico-fisica. 2. CONOSCENZA: e pratica delle attività sportive e dei giochi di squadra; di nozioni di primo soccorso e di anatomia del corpo umano; regole e dinamiche dei giochi di squadra. 3. APPLICAZIONE: impegno personale e partecipazione attenta, attiva e costante; rispetto delle regole; la capacità di lavorare singolarmente, con i compagni o inseriti in una squadra.	nel secondo periodo dell'anno, con comunicazione della famiglia tramite il diario e/o libretto dello studente. E' concessa una sola giustificata allo studente senza la comunicazione della famiglia a quadrimestre. Eventuali altre giustificazioni nel corso dell'anno saranno concesse a discrezione del docente, il quale potrà richiedere anche un'idonea giustificata (certificato medico). Si comunica che per le giustificazioni superiori a 30 giorni è obbligatorio la consegna del certificato medico e la conseguente richiesta di esonero dall'attività pratica. La mancanza di abbigliamento sportivo per più di tre volte in un quadrimestre comporterà una valutazione negativa (voto 3), così come la mancanza di rispetto e cura nei confronti dei compagni, del materiale e delle strutture (palla calciata con forza, arrampicarsi sui tabelloni dei canestri. ecc) comporterà una valutazione negativa (voto 3). Voto 9-10 - Applica i contenuti tecnici appresi in modo efficace e personale. - Partecipa assiduamente con atteggiamento propositivo e costruttivo. - Comprende ed usa correttamente il linguaggio specifico ed il codice arbitrale. - Conosce gli argomenti teorici e pratici svolti. - Partecipa assiduamente alle esercitazioni pratiche e a tutte le attività proposte con ottimi risultati. - Sa partecipare in maniera costruttiva al lavoro di gruppo. Voto 7-8 - Esprime un buon livello conoscitivo delle tecniche e delle metodologie proprie delle varie discipline sportive. - Partecipa regolarmente con disponibilità ed interesse. - Partecipa costantemente alle esercitazioni pratiche e a tutte le attività proposte con buoni/ discreti risultati. - Conosce gli argomenti della disciplina affrontati. Voto 6 - Evidenzia una sufficiente conoscenza dei contenuti e della terminologia. - Se guidato partecipa in modo produttivo all'attività del gruppo. - Nel complesso conosce gli argomenti affrontati della disciplina. - Partecipa quasi sempre in maniera costante alle esercitazioni pratiche e a tutte le attività proposte con sufficienti risultati. Voto 5 - Mostra conoscenze parziali riferite agli
--	--	--

		aspetti più elementari della tecnica, della terminologia e degli argomenti affrontati. - Partecipa in modo discontinuo e con modesto interesse alle attività proposte. - Spesso disturba lo svolgimento delle attività. - Presenta un elevato numero di giustificazioni oltre il consentito (più di tre a quadrimestre, senza alcuna reale motivazione es. in assenza di certificato medico e comunicazione della famiglia) Voto 4 - Non conosce gli argomenti svolti. - Denota scarsa conoscenza dei contenuti tecnici, della terminologia specifica, dei regolamenti degli sport affrontati, Esegue i fondamentali degli sport e gli esercizi richiesti con molta difficoltà - Partecipa saltuariamente solo su sollecitazione disattendendo completamente il rispetto delle regole, disturbando il regolare svolgimento della lezione. - Presenta un elevato numero di giustificazioni oltre il consentito (più di tre a quadrimestre senza alcuna reale motivazione es. in assenza di certificato medico e in assenza della comunicazione della famiglia. Voto 3 - Non si impegna nelle esercitazioni pratiche, spesso disturba il regolare svolgimento delle lezioni. - Si rifiuta di eseguire qualsiasi attività, anche la più semplice. - Presenta un elevato numero di giustificazioni (più di tre a quadrimestre senza alcuna reale motivazione es. in assenza di certificato medico e in assenza di comunicazione dalla famiglia) - Mancanza di responsabilità nel ruolo di studente: rispetto a se stessi (porto sempre il materiale: scarpe idonee e ben allacciate, indosso la tuta. Partecipo alla lezione in modo costruttivo. Uso le attrezzature in sicurezza e le rispetto, non calcio la palla con i piedi senza controllo, non rompo il materiale che sto usando) ai compagni e agli adulti.
--	--	---

Data: 6 Novembre 2024

Firma: Roberta Colombo