



# PROGRAMMAZIONE di DIPARTIMENTO

## PRIMO BIENNIO ITIS E LICEO

**Materia: Scienze Motorie e Sportive**

**A.S.:2024-2025**

monte ore settimanale: 2

La programmazione è stata strutturata in base alle indicazioni delle Linee Guida Ministeriali.

Verifiche e valutazioni (minime): 2 nel primo periodo; 3 nel secondo periodo

<b>CURRICOLO di EDUCAZIONE FISICA per il PRIMO BIENNIO (secondaria di II°)</b>		
<b><i>OBIETTIVI EDUCATIVI</i></b>		
<b><i>OBIETTIVI</i></b>	<b><i>COSA FA L'INSEGNANTE</i></b>	<b><i>COSA DEVE FARE LO STUDENTE</i></b>
1 – rispetto dei compagni	Modula l'entusiasmo e l'agonismo troppo acceso. Favorisce i processi di autostima.  Richiama le basilari norme di sicurezza e prevenzione.	Mettere la propria esperienza a disposizione dei compagni.  Autocontrollo.  Non creare situazioni pericolose per sé e per gli altri.
2 – rispetto dell'ambiente e delle attrezzature scolastiche	Sottolinea l'importanza dell'abbigliamento sportivo e comunica il significato dell'attività agli studenti esonerati.  Controlla che l'ambiente di lavoro sia lasciato in ordine.	Rispettare gli attrezzi utilizzati e non.  Usare correttamente l'abbigliamento sportivo.  Rispettare i vari ambienti messi a disposizione.
3 – rispetto delle regole	Informa la classe sui regolamenti.  Da informazioni chiare sulle regole dei giochi.  Controlla che le attrezzature siano usate in modo corretto.	Rispettare il regolamento della palestra.  Rispettare le regole dei vari sport individuali e di squadra.  Rispettare le regole nell'uso delle attrezzature.
4 – responsabilità e partecipazione	Abitua gli alunni a collaborare e a partecipare attivamente alle varie manifestazioni sportive incoraggiando atteggiamenti positivi.  Stimola gli alunni ad acquisire sicurezza e autonomia.	Collaborare all'interno dell'istituto e partecipare alle attività esterne.
5 – consapevolezza	Sottolinea l'importanza di ciascuno nella collettività.  Indica gli obiettivi da raggiungere e le strategie adottate.  Discute con l'alunno sull'importanza delle prove non tanto per l'assegnazione dei voti quanto per la verifica dell'avvenuta acquisizione dei contenuti e il raggiungimento degli obiettivi.	Acquisire coscienza dell'importanza del contributo del singolo nella collettività.  Essere a conoscenza degli obiettivi da raggiungere e della metodologia adottata.  Acquisire coscienza dell'importanza di ogni scelta e dell'avvenuta acquisizione delle nuove abilità.

<b>OBIETTIVI DIDATTICI per il PRIMO BIENNIO (secondaria di II°)</b>				
<b>AMBITO</b>	<b>CONOSCENZE</b>	<b>CAPACITÀ-ABILITÀ</b>	<b>COMPETENZE</b>	<b>GRIGLIA DI VALUTAZIONE</b> 9-10 = elevato; 7-8 = intermedio; 6 = minimo; 4-5 = insufficiente
<b>Conoscere e padroneggiare il proprio corpo e le modificazioni</b>	Conoscere e padroneggiare il proprio corpo e le modificazioni.	Elaborare risposte motorie efficaci in situazioni complesse.	Saper: <ul style="list-style-type: none"> <li>• mantenere un lavoro per un tempo prolungato</li> <li>• vincere resistenze rappresentate dal carico naturale e/o addizionale</li> <li>• eseguire movimenti con la massima escursione articolare</li> <li>• compiere azioni semplici e/o complesse nel minor tempo possibile</li> </ul>	<b>9-10.</b> Mostra elevate conoscenze e realizza in piena autonomia attività motorie differenti attingendo dalle proprie esperienze/conoscenze in modo originale adeguandosi alle diverse situazioni <b>8-7.</b> Mostra adeguate conoscenze e realizza attività motorie differenti adeguandosi alle diverse situazioni <b>6.</b> Mostra sufficienti conoscenze e realizza attività motorie differenti anche se talvolta guidato. <b>5-4.</b> mostra difficoltà a gestire il proprio corpo in modo efficace
<b>Percezione sensoriale</b>	Percepire e riconoscere il ritmo delle azioni (stacco e salto, terzo tempo, etc....)	Riprodurre il ritmo nei gesti e nelle azioni anche tecniche degli sport individuali e di squadra	Saper: <ul style="list-style-type: none"> <li>• eseguire gesti e azioni anche tecniche degli sport trattati rispettandone il ritmo esecutivo</li> </ul>	<b>9-10.</b> Sa regolare la dinamica del movimento in modo ottimale utilizzandole informazioni percettive anche nelle situazioni motorie

				<p>complesse;  <b>7-8.</b> Sa regolare la dinamica del movimento in modo adeguato utilizzando le informazioni percettive nelle diverse situazioni motorie;  <b>6.</b> Sa regolare la dinamica del movimento in modo sufficiente utilizzando le informazioni percettive nelle situazioni motorie di base;  <b>4-5.</b> utilizza le informazioni percettive in modo impreciso ed inadeguato</p>
<p><b>Coordinazione:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Coordinazione generale</li> <li>• Schemi motori equilibrio</li> <li>• Orientamento spazio-tempo</li> <li>• Coordinazione fine</li> </ul>	<p>Conoscere i principi scientifici fondamentali che sottendono la prestazione motoria e sportiva.</p>	<p>Consapevolezza di una risposta motoria efficace ed economica.</p>	<p>Saper riprodurre movimenti semplici e complessi in:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• situazioni variabili</li> <li>• autonomia</li> <li>• economia esecutiva</li> <li>• situazioni inusuali</li> </ul>	<p><b>9-10</b> .Sa adattare e trasformare vari gesti tecnici ottimizzandoli in relazione al contesto, dimostrando di saper trasferire le competenze apprese in ambiti diversi.  <b>7-8</b> Sa adattare e trasformare vari gesti tecnici in modo adeguato in relazione al contesto;  <b>6.</b> Sa adattare e trasformare vari gesti tecnici talvolta guidato  <b>4-5.</b> Ha ancora difficoltà a controllare il gesto in relazione alle modificazioni</p>

				spazio - temporali.
<b>Espressività:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>linguaggio verbale e non verbale</li> <li>interazione tra movimento e processi affettivi - cognitivi</li> </ul>	Riconoscere le differenze tra il movimento funzionale e il movimento espressivo esterno ed interno.	Ideare e realizzare semplici sequenze di movimento (situazioni mimiche, danzate, di espressioni corporee, etc....)	Saper ideare e realizzare semplici sequenze di movimento espressivo individualmente e in piccoli gruppi	<b>9-10.</b> E' in grado di esprimersi in modo appropriato e originale; <b>7-8.</b> E' in grado di esprimersi in modo adeguato <b>6.</b> E' in grado di esprimersi in modo sufficiente <b>4-5.</b> Non è ancora in grado di esprimersi in modo adeguato
<b>Gioco, gioco-sport e sport:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>aspetti relazionali e cognitivi</li> <li>aspetti tecnici e tattici</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conoscere gli aspetti essenziali della struttura e della evoluzione dei giochi e degli sport di rilievo nazionale e della tradizione locale;</li> <li>Conoscere la terminologia generale e specifica del regolamento e della tecnica dei giochi e degli sport</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Trasferire e ricostruire autonomamente semplici tecniche, strategie e regole adattandole alle capacità, esigenze, spazi e tempi a disposizione;</li> <li>Utilizzare il lessico specifico della disciplina</li> </ul>	Saper: <ul style="list-style-type: none"> <li>eseguire correttamente i fondamentali individuali e gli elementi esecutivi e specifici di alcuni sport</li> <li>applicare i fondamentali trattati in situazioni di gioco semplificate</li> <li>rispettare le regole fondamentali degli sport trattati</li> <li>collaborare ed aiutare i compagni evitando azioni di disturbo</li> </ul>	<b>9-10.</b> conosce e adatta pienamente regole, ruoli, tattica degli sport trattati e il loro aspetto educativo e sociale <b>7-8.</b> conosce in modo adeguato le regole, i ruoli e tattica degli sport trattati e il loro aspetto educativo e sociale <b>6.</b> conosce in modo sufficiente le regole, i ruoli e tattica degli sport trattati e il loro aspetto educativo e sociale <b>4-5.</b> conosce in modo parziale/insufficiente le regole, i ruoli e tattica degli sport trattati e il loro aspetto educativo e sociale
<b>Sicurezza e salute:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>prevenzione degli infortuni e norme di Primo Soccorso</li> <li>assunzione attiva e responsabile di corretti stili di vita</li> </ul>	Conoscere i principi generali di prevenzione della sicurezza personale in palestra, a scuola e negli spazi aperti.	Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza in palestra, a scuola e negli spazi aperti.	Saper: <ul style="list-style-type: none"> <li>eseguire un riscaldamento e un defaticamento adeguato all'attività motoria prevista</li> <li>mantenere e controllare una</li> </ul>	<b>9-10.</b> Mette in atto comportamenti adeguati in modo ottimale per tutelare la sicurezza propria e

			<p>corretta postura statica e dinamica</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• intervenire in caso di soccorso (comunicando immediatamente con l'insegnante)</li> </ul>	<p>altrui.</p> <p><b>7-8.</b> Mette in atto comportamenti adeguati per tutelare la sicurezza propria ed altrui.</p> <p><b>6.</b> Mette in atto, talvolta guidato, comportamenti idonei alla tutela della sicurezza propria ed altrui.</p> <p><b>4-5.</b> Manifesta scarso interesse del rispetto della sicurezza personale e altrui</p>
<p><b>Ambiente naturale:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• esperienze dirette con valenza trasversale</li> </ul>	<p>Conoscere alcune attività motorie e sportive praticabili in ambiente naturale.</p>	<p>Esprimersi ed orientarsi in attività in ambiente naturale.</p>	<p>Saper:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unire la pratica motoria alla conoscenza e all'esplorazione dell'ambiente</li> <li>• rispettare l'ambiente naturale</li> <li>• orientarsi in situazione di gara</li> </ul>	<p><b>9-10.</b> Elabora efficaci strategie per la pratica di attività sportive in ambiente naturale.</p> <p><b>7-8.</b> Elabora adeguate strategie per la pratica di attività sportive in ambiente naturale.</p> <p><b>6.</b> Elabora semplici strategie per la pratica di attività sportive in ambiente naturale.</p> <p><b>4-5.</b> applica strategie non efficaci/non in grado di produrle per la pratica di attività sportive in adeguati ambiente naturale</p>
<p><b>Attività sulla ricerca del benessere personale:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere quali sono gli ormoni del benessere.</li> <li>• Conoscere le modalità di costruzione di un allenamento, la fisiologia e le</li> </ul>	<p>Conoscenza generica del benessere psico-fisico.</p>	<p>Saper:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• alimentarsi e idratarsi in maniera corretta anche in riferimento alla pratica</li> <li>• motoria e sportiva</li> <li>• costruire un semplice allenamento</li> </ul>	<p><b>9-10.</b> Mette in atto comportamenti ottimali per ricercare il proprio benessere</p> <p><b>7-8.</b> Mette in atto comportamenti adeguati per ricercare</p>

	<p>proprietà della camminata, della corsa.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Conoscere nozioni basilari sulla alimentazione e sull'idratazione dello sportivo.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>costruire una semplice seduta di allenamento della corsa</li> </ul>	<p>il proprio benessere;  <b>6.</b> Mette in atto comportamenti di base per ricercare il proprio benessere  <b>4-5.</b> Non mette in atto e/o non conosce comportamenti per ricercare il proprio benessere.</p>
<b>Il fair play</b>	<p>Conoscere i cinque aspetti del fair play sportivo:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 Prestazione e successo</li> <li>2 La creazione di regole e il loro rispetto</li> <li>3 L'eguaglianza delle possibilità</li> <li>4 Il rispetto</li> <li>5 La salute</li> </ol>	<p>Assumere comportamenti attivifinalizzati ad un miglioramento del comportamento in ambito sportivo e sociale</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saper seguire il principio che esige di migliorare (costantemente) la prestazione e di compiere il maggior sforzo possibile in questa direzione;</li> <li>Aderenza alle regole (scritte e non scritte);</li> <li>Accettare le decisioni degli arbitri e dei giudici;</li> <li>Avere un'attitudine critica nei confronti delle regole e delle decisioni degli altri;</li> <li>Trattare l'avversario in modo rispettoso, prima, durante e dopo la gara;</li> <li>Trattare in modo rispettoso i compagni, i membri del proprio club e gli allenatori nelle situazioni di gara come nell'allenamento quotidiano;</li> <li>Non mettere a rischio la salute propria o quella dell'avversario o dei compagni di squadra;</li> <li>Essere rispettosi verso sé stessi, particolarmente verso il proprio corpo;</li> <li>Avere un comportamento appropriato nella vittoria e nella sconfitta.</li> </ul>	<p><b>9-10.</b> Mette in atto comportamenti ottimali per ricercare il fair play  <b>7-8.</b> Mette in atto comportamenti adeguati per ricercare il fair play  <b>6.</b> Mette in atto parzialmente comportamenti adeguati per ricercare il fair play  <b>4-5.</b> Non applica ancora comportamenti adeguati per ricercare il fair play</p>

<b>Competenze trasversali</b>	Approfondire contenuti e conoscenze disciplinari e interdisciplinari	Sviluppare e potenziare la capacità di collegamento all'interno della disciplina e con altre discipline	Saper applicare e collegare le conoscenze acquisite nei vari ambiti disciplinari ed interdisciplinari	<b>10-9.</b> Mette in atto collegamenti ottimali e in modo critico <b>7-8.</b> Mette in atto collegamenti adeguati <b>6.</b> Mette in atto parzialmente collegamenti adeguati <b>4-5.</b> Non applica ancora collegamenti adeguati
-------------------------------	--	---	---	---

#### **STRATEGIE DIDATTICHE:**

come orientamento didattico generale ci si avvarrà, in fase iniziale, del metodo globale attraverso esercitazioni del gesto sportivo in forma naturale e in situazione ludica. La correzione di eventuali vizi o errori tecnici verrà poi svolta attraverso esercizi svolti in forma analitica e sintetica applicati in situazione di gioco semplificate.

Agli alunni verranno sempre anticipati gli obiettivi specifici relativi all'argomento trattato e i livelli di accettabilità a cui si riferirà poi la valutazione degli apprendimenti. Verranno costantemente forniti feedback di rinforzo sull'esecuzione.

La progressività delle esercitazioni seguirà i criteri dal facile al difficile dal semplice al complesso.

#### **LUOGHI E STRUTTURE:**

verranno utilizzate le palestre dell'Istituto, i campi adiacenti, le strutture della Villa Comunale Giovannina adiacente all'Istituto e strutture esterne per attività da svolgere in collaborazione con società del territorio.

### **RUBRICA DI VALUTAZIONE PER GIOCHI O SPORT**

<b>CRITERIO/EVIDENZA*</b>	<b>9-10</b>	<b>7-8</b>	<b>6</b>	<b>4-5</b>
<b>8.2 PARTECIPARE A GIOCHI E ATTIVITÀ SPORTIVE COLLABORANDO CON I COMPAGNI, RISPETTANDO RUOLI E REGOLE, ESERCITANDO AUTOCONTROLLO, ASSUMENDO ANCHE IL RUOLO DI ARBITRO</b>	Applica pienamente regole, ruoli, tattica dello sport, gioco-sport o gioco ed il proprio ruolo educativo e sociale	Applica con un livello buono, seppur con rare incertezze, regole, ruoli, tattica dello sport, gioco-sport o gioco ed il proprio ruolo educativo e sociale	Applica in maniera sufficiente e con varie incertezze regole, ruoli, tattica dello sport, gioco-sport o gioco ed il proprio ruolo educativo e sociale	Applica con palesi difficoltà, con bisogno di aiuto e con diverse imprecisioni regole, ruoli, tattica dello sport, gioco-sport o gioco e non adotta in maniera soddisfacente i propri principi educativi e sociali
<b>8.4 ADOTTARE COMPORTAMENTI APPROPRIATI PER LA SICUREZZA PROPRIA E DEI COMPAGNI E CON LE RELATIVE NORME DI PREVENZIONE DEI RISCHI</b>	Attua comportamenti idonei per la tutela della sicurezza propria e altrui in maniera autonoma ed ottimale	Attua comportamenti idonei per la tutela della sicurezza propria e altrui in maniera adeguata e buona, seppur con rare insicurezze	Attua comportamenti idonei per la tutela della sicurezza propria e altrui spesso con bisogno di guida e con approssimazione	Non attua adeguatamente e con scarso interesse i comportamenti idonei per la tutela della sicurezza propria e altrui
<b>14.2 COORDINARE AZIONI</b>	Utilizza e adatta con	Utilizza e adatta con un buon	Utilizza gesti tecnici/atletici con alcune	Applica con difficoltà e



<b>E SCHEMI MOTORI DELLE DIVERSE ATTIVITÀ E LE CAPACITÀ CONDIZIONALI</b>	autonomia, destrezza e senza imprecisioni la dinamica del movimento anche in situazioni motorie complesse	livello, ma con rare imprecisioni vari gesti tecnici/atletici in relazione al contesto	imprecisioni e spesso guidato	imprecisioni diffuse i gesti tecnici/atletici dimostrando limiti in relazione alle modificazioni spazio-temporali dettate dalle varie situazioni
--	---	--	-------------------------------	--

\*Criteri/evidenza quadri sinottici per osservare e valutare competenze riferito al profilo educativo, culturale e professionale (PECUP) Dlgs 226/05

<b>GRIGLIA DI VALUTAZIONE ORALE</b>			
<b>Livelli espressi in voti decimali</b>	<b>Conoscenze</b>	<b>Abilità (analisi, sintesi, di rielaborazione)</b>	<b>Competenze (chiarezza e correttezza espositiva dei concetti appresi)</b>
<b>≤ 4</b>	Conoscenza quasi nulla o in molto carente e inesatta	Inesistente o molto confusa	Povertà lessicale ed esposizione frammentaria
<b>5</b>	Conoscenza parziale e confusa	Scarsa analisi e sintesi con collegamenti carenti e solo guidati	Lessico povero ed esposizione poco chiara
<b>6</b>	Conoscenza globale dei contenuti	Analisi e sintesi elementari con pochi approfondimenti e collegamenti	Lessico elementare ed esposizione semplice
<b>7-8</b>	Buona conoscenza dei contenuti	Analisi e sintesi autonoma	Analisi approfondite ed esposizione con lessico appropriato
<b>9-10</b>	Conoscenza e comprensione dei temi trattati in modo critico, approfondito e personale	Rielaborazione critica e autonoma, analisi e sintesi ottime	Elaborazione ricca, personale ed elaborata con lessico ineccepibile

<b>GRIGLIA DI VALUTAZIONE IMPEGNO E PARTECIPAZIONE A LEZIONE</b>		
<b>10</b>	Collabora sempre con il docente in maniera autonoma; Aiuta a mantenere un clima positivo con il gruppo e in maniera autonoma; Sostiene i compagni quando non riescono nelle varie attività; Esegue ogni indicazione del docente; Rispetta i ruoli, i compagni e gli avversari;	Partecipa a ogni lezione con ottimo interesse e dedizione; Prende parte o dà disponibilità a partecipare ai tornei d'istituto e/o provinciali; Partecipa sempre e attivamente alle attività di gioco o sport; Coopera positivamente con i compagni; Osservanza scrupolosa del regolamento;
<b>9</b>	Collabora molto spesso con il docente in maniera autonoma; Spesso aiuta a mantenere un clima positivo con il gruppo ma lo fa in maniera autonoma; Esegue spesso le indicazioni del docente; Partecipa alle lezioni con buon interesse;	Prende parte o dà disponibilità a partecipare ad alcuni dei tornei d'istituto; Partecipa quasi sempre e attivamente alle attività di gioco o sport; Episodi rari e non gravi di mancato rispetto del regolamento.
<b>8</b>	Collabora saltuariamente con il docente in maniera autonoma; Aiuta raramente a mantenere un clima positivo con il gruppo ma in maniera autonoma; Non sempre esegue le indicazioni del docente;	Partecipa alle lezioni con interesse settoriale; Mostra settoriale interesse per i tornei d'istituto; Partecipa settorialmente e attivamente alle attività di gioco o sport.
<b>7</b>	Collabora saltuariamente con il docente ma solo su indicazione; Aiuta spesso a mantenere un clima positivo con il gruppo e solo su richiesta; Non sempre esegue le indicazioni del docente; Rispetta i ruoli, i compagni e gli avversari ma solo su richiamo;	Partecipa alle lezioni limitatamente con generale interesse; Non mostra interesse per i tornei d'istituto; Partecipa settorialmente ma non in maniera attiva alle attività di gioco o sport; Osserva con generale leggerezza il regolamento.
<b>6</b>	Collabora raramente con il docente e solo su indicazione; Aiuta raramente a mantenere un clima positivo con il gruppo e solo su richiesta; Saltuariamente esegue le indicazioni del docente; Non sempre rispetta i ruoli, i compagni e gli avversari e non in maniera autonoma; Partecipa settorialmente ma senza interesse;	Non partecipa ai tornei d'istituto; Partecipa raramente alle attività di gioco o sport; Sporadici episodi di mancato rispetto del regolamento.

<b>5</b>	Non collabora con il docente e lo fa poche volte solo su richieste reiterate; Non contribuisce a creare un clima positivo con il gruppo; Poche volte esegue le indicazioni del docente e solo se reiterate; Non rispetta i ruoli, i compagni e gli avversari; Partecipa alle lezioni solo su ordine del docente;	Coopera solo su indicazione del docente; Non partecipa ai tornei d'istituto; Non partecipa alle attività di gioco o sport; Non pratica sport; Episodi di mancato rispetto del regolamento.
<b>4</b>	Non collabora con il docente; Raramente è il protagonista nel creare un clima negativo con il gruppo; Non esegue le indicazioni del docente; Non rispetta i ruoli, i compagni e gli avversari; Partecipa raramente alle lezioni;	Rifiuta di partecipare alle attività di gioco o sport; Coopera raramente e solo su indicazione del docente; Episodi di mancato rispetto del regolamento; Disturba l'attività didattica; Contesta i richiami.
<b>3</b>	Non collabora con il docente e si rifiuta dietro richiesta; Spesso è il protagonista nel creare un clima negativo con il gruppo; Non esegue le indicazioni del docente e si rifiuta dietro richiesta; Non rispetta i ruoli, i compagni e gli avversari;	Presenza spesso ma si rifiuta di partecipare; Frequenti episodi di mancato rispetto del regolamento; Comportamento di disturbo in quasi tutte le lezioni.
<b>2</b>	Non collabora mai con il docente creando anche problemi durante la lezione; Crea sempre un clima negativo con il gruppo; Rifiuta le indicazioni del docente; Rifiuta sempre il rispetto nei confronti dei ruoli, delle regole, dei compagni e degli avversari;	Presenza raramente alle lezioni e si rifiuta di partecipare; Non rispetta il regolamento; Disturba l'andamento della lezione.
<b>1</b>	Assoluta mancanza di rispetto verso tutti e verso le regole; Presenza sporadicamente e non partecipa mai;	Presenza di note disciplinari.

Lancenigo di Villorba, 27/10/2024

Il Dipartimento di Scienze Motorie e Sportive  
Coordinatore: Cappelletto Giovanni