

DIPARTIMENTO DI Scienze Motorie e Sportive
MATERIA Scienze Motorie e Sportive
PRIMO BIENNIO DI TUTTI GLI INDIRIZZI

TAVOLE DI PROGRAMMAZIONE¹

METODOLOGIA DIDATTICA

- Ex cathedra
- Metodo induttivo
- Metodo deduttivo
- Didattica laboratoriale
- Problemsolving
- Problempoising
- Masterylearning
- Classe capovolta
- Cooperative learning
- Didattica Breve
- Brain Storming
- Altro (specificare)

STRUMENTI E MEZZI

- Libro di testo
- Quaderno degli appunti
- Laboratorio
- Sussidi audio – visivi
- Computer
- LIM
- Altro (Specificare) Palestra - Attrezzi

VERIFICHE SOMMATIVE

- Interrogazioni orali
- Prove strutturate
- Compito scritto
- Questionario
- Relazione
- Prove semistrutturate
- Rapporti di ricerca
- Altro (Specificare) Test motori

¹ Il documento può essere liberamente modificato, perciò oltre alla compilazione degli spazi editabili, è possibile cancellare e/o duplicare sezioni del documento, come per esempio quelle riguardanti i moduli. Nelle tabelle è possibile inserire o eliminare una riga. Per selezionare una casella di controllo, basta cliccare sopra.

MODULO N. 1: Il corpo umano con le sue espressività e possibilità di movimento.

OBIETTIVI (COMPETENZE):

- 1 Miglioramento delle qualità fisiche
- 2 Affinamento delle funzioni neuro-muscolari
- 3 Acquisizione delle capacità operative e sportive
- 4 Interiorizzazione degli aspetti teorico pratici relativi alle attività svolte.
- 5 Conoscere, essere capaci di migliorare e saper utilizzare le abilità motorie e sportive.

COMPETENZE CHIAVE EUROPEE

- X comunicazione nella madrelingua;
- comunicazione nelle lingue straniere;
- competenza matematica e competenze di base in scienza e tecnologia;
- competenza digitale;
- X imparare a imparare;
- X competenze sociali e civiche;
- spirito di iniziativa e imprenditorialità;
- X consapevolezza ed espressione culturale.

ARTICOLAZIONE DEL MODULO o UDA		
N°	Titolo dell'unità didattica	Contenuti
1	Affinamento degli schemi motori di base e potenziamento fisiologico	Camminare, correre, saltare, rotolare, strisciare, arrampicarsi, lanciare, afferrare - (circuiti, percorsi, piccoli e grandi attrezzi). Informazioni fondamentali e generali di anatomia e fisiologia del corpo umano
2	Test motori per l'accertamento delle capacità motorie condizionali e coordinative	Forza, velocità, resistenza, mobilità articolare.
3	Capacità condizionali e coordinative	Apprendimento motorio, controllo motorio, adattamento e trasformazione. Capacità di coordinazione oculo - manuale e podaliche. Capacità di equilibrio, capacità di anticipazione e reazione. Forza, velocità, resistenza, mobilità articolare.
4	Relazione spazio tempo	Capacità di differenziazione spazio- temporale. Rapporto del proprio corpo con lo spazio e il tempo. Schema corporeo.
5	Padronanza del proprio corpo e percezione sensoriale	Esercizi per il controllo posturale. Paramorfismi, dismorfismi. Schema corporeo.

6	Relazione con l'ambiente naturale	Attività motorie all'aperto
---	-----------------------------------	-----------------------------

Attività di recupero in itinere:

X Gli allievi che riportano un voto insufficiente nella verifica sommativa (alunno debitore), saranno affiancati da allievi che invece avranno riportato valutazioni positive, i quali li aiuteranno nello studio della parte più significativa dell'unità didattica.

X Riduzione dei contenuti

X Schematizzazione dei contenuti

X Assegnazione di compiti particolari

Altro (specificare):

Verifica dopo l'attività di recupero:

prova strutturata

prova semistrutturata

relazione

questionario

X colloquio orale

tema

X altro (specificare) Verifica di attività motorie.

MODULO N. 2: Conoscenza degli obiettivi delle caratteristiche proprie delle attività motorie. Avviamento alla pratica sportiva. Salute, benessere, sicurezza e prevenzione.

OBIETTIVI (COMPETENZE):

- 1 Conoscere e applicare strategie tecnico tattiche dei giochi sportivi
- 2 Affrontare il confronto agonistico con etica sportiva rispettando le regole del Fair Play
- 3 Assumere stili di vita e comportamenti attivi per il benessere della persona.
- 4 Concetto di salute

COMPETENZE CHIAVE EUROPEE

- X comunicazione nella madrelingua;
- comunicazione nelle lingue straniere;
- competenza matematica e competenze di base in scienza e tecnologia;
- competenza digitale;
- X imparare a imparare;
- X competenze sociali e civiche;
- spirito di iniziativa e imprenditorialità;
- X consapevolezza ed espressione culturale.

ARTICOLAZIONE DEL MODULO o UDA		
N°	Titolo dell'unità didattica	Contenuti
1	Comunicare con il corpo	Ricerca di forme espressive attraverso l'uso del proprio corpo
2	Educazione al ritmo	Attività motorie con base musicali (a corpo libero - con piccoli attrezzi - ai grandi attrezzi - individuali, a coppie e in gruppo).
3	Attività sportive	Esercizi di consolidamento dei fondamentali e schemi di gioco di: pallavolo - pallacanestro - badminton - calcio a 5 - 10, tennis tavolo, palla tamburello.
4	Atletica	Corsa veloce, resistenza salto in alto, salto in lungo, lancio del disco e getto del peso.

Attività di recupero in itinere:

- X Gli allievi che riportano un voto insufficiente nella verifica sommativa (alunno debitore), saranno affiancati da allievi che invece avranno riportato valutazioni positive, i quali li aiuteranno nello studio della parte più significativa dell'unità didattica.
- X Riduzione dei contenuti
- X Schematizzazione dei contenuti
- X Assegnazione di compiti particolari
- Altro (specificare):

Verifica dopo l'attività di recupero:

- prova strutturata
- prova semistrutturata
- relazione
- questionario
- X colloquio orale
- tema
- X altro (specificare) Verifica di attività motorie.

CRONOPROGRAMMA DELLE VERIFICHE

	Periodo	Tipo di verifica ²			
I quadrimestre	novembre	X Scritta	X Orale	X Altro	Le verifiche sono di tipo pratico. Per gli alunni che presentano l'esonero la valutazione si baserà su prove orali o scritte. Agli alunni che non partecipano regolarmente alle attività didattiche-pratiche potranno essere somministrate prove integrative orali o scritte.
	gennaio	X Scritta	X Orale	X Altro	
		<input type="checkbox"/> Scritta	<input type="checkbox"/> Orale	<input type="checkbox"/> Altro	
		<input type="checkbox"/> Scritta	<input type="checkbox"/> Orale	<input type="checkbox"/> Altro	
II quadrimestre	marzo	X Scritta	X Orale	X Altro	Le verifiche sono di tipo pratico. Per gli alunni che presentano l'esonero la valutazione si baserà su prove orali o scritte. Agli alunni che non partecipano regolarmente alle attività didattiche-pratiche potranno essere somministrate prove integrative orali o scritte
	maggio	X Scritta	X Orale	X Altro	
		<input type="checkbox"/> Scritta	<input type="checkbox"/> Orale	<input type="checkbox"/> Altro	
		<input type="checkbox"/> Scritta	<input type="checkbox"/> Orale	<input type="checkbox"/> Altro	

Le griglie e/o rubriche di valutazioni sono riportate in un documento a parte.

DIPARTIMENTO DI Scienze Motorie e Sportive
MATERIA Scienze Motorie e Sportive
SECONDO BIENNIO DI TUTTI GLI INDIRIZZI

TAVOLE DI PROGRAMMAZIONE³

METODOLOGIA DIDATTICA

- Ex cathedra
- X** Metodo induttivo
- X Metodo deduttivo
- X** Didattica laboratoriale
- X Problemsolving
- X Problempoising
- Masterylearning
- Classe capovolta
- X Cooperative learning
- X Didattica Breve
- Brain Storming
- Altro (specificare)

² La voce altro si riferisce alle prove grafiche e alle prove pratiche.

³ Il documento può essere liberamente modificato, perciò oltre alla compilazione degli spazi editabili, è possibile cancellare e/o duplicare sezioni del documento, come per esempio quelle riguardanti i moduli. Nelle tabelle è possibile inserire o eliminare una riga. Per selezionare una casella di controllo, basta cliccare sopra.

STRUMENTI E MEZZI

- Libro di testo
- Quaderno degli appunti
- Laboratorio
- Sussidi audio – visivi
- Computer
- LIM
- Altro (Specificare) Palestra - Attrezzi

VERIFICHE SOMMATIVE

- Interrogazioni orali
- Prove strutturate
- Compito scritto
- Questionario
- Relazione
- Prove semistrutturate
- Rapporti di ricerca
- Altro (Specificare) Test motori

MODULO N. 1: Il corpo umano con le sue espressività e possibilità di movimento.

OBIETTIVI (COMPETENZE):

- 6 Miglioramento delle qualità fisiche
- 7 Affinamento delle funzioni neuro-muscolari
- 8 Acquisizione delle capacità operative e sportive
- 9 Interiorizzazione degli aspetti teorico pratici relativi alle attività svolte.
- 10 Conoscere, essere capaci di migliorare e saper utilizzare le abilità motorie e sportive.

COMPETENZE CHIAVE EUROPEE

- comunicazione nella madrelingua;
- comunicazione nelle lingue straniere;
- competenza matematica e competenze di base in scienza e tecnologia;
- competenza digitale;
- imparare a imparare;
- competenze sociali e civiche;
- spirito di iniziativa e imprenditorialità;
- consapevolezza ed espressione culturale.

ARTICOLAZIONE DEL MODULO o UDA

N°	Titolo dell'unità didattica	Contenuti
1	Consolidamento degli schemi motori di base e potenziamento fisiologico	Camminare, correre, saltare, rotolare, strisciare, arrampicarsi, lanciare, afferrare - (circuiti, percorsi, piccoli e grandi attrezzi). Informazioni fondamentali e generali di anatomia e fisiologia del

		corpo umano
2	Test motori per l'accertamento delle capacità motorie condizionali e coordinative	Forza, velocità, resistenza, mobilità articolare.
3	Capacità condizionali e coordinative	Apprendimento motorio, controllo motorio, adattamento e trasformazione. Capacità di coordinazione oculo - manuale e podaliche. Capacità di equilibrio, capacità di anticipazione e reazione. Forza, velocità, resistenza, mobilità articolare.
4	Relazione spazio tempo	Capacità di differenziazione spazio- temporale. Rapporto del proprio corpo con lo spazio e il tempo. Schema corporeo.
5	Padronanza del proprio corpo e percezione sensoriale	Esercizi per il controllo posturale. Paramorfismi, dismorfismi. Schema corporeo.
6	Relazione con l'ambiente naturale	Attività motorie all'aperto

Attività di recupero in itinere:

Gli allievi che riportano un voto insufficiente nella verifica sommativa (alunno debitore), saranno affiancati da allievi che invece avranno riportato valutazioni positive, i quali li aiuteranno nello studio della parte più significativa dell'unità didattica.

Riduzione dei contenuti

Schematizzazione dei contenuti

Assegnazione di compiti particolari

Altro (specificare):

Verifica dopo l'attività di recupero:

prova strutturata

prova semistrutturata

relazione

questionario

colloquio orale

tema

altro (specificare) Verifica di attività motorie.

MODULO N. 2: Conoscenza degli obiettivi delle caratteristiche proprie delle attività motorie. Avviamento alla pratica sportiva. Salute, benessere, sicurezza e prevenzione.

OBIETTIVI (COMPETENZE):

- 5 Conoscere e applicare strategie tecnico tattiche dei giochi sportivi
- 6 Affrontare il confronto agonistico con etica sportiva rispettando le regole del Fair Play
- 7 Assumere stili di vita e comportamenti attivi per il benessere della persona.
- 8 Concetto di salute

COMPETENZE CHIAVE EUROPEE

- X comunicazione nella madrelingua;
- comunicazione nelle lingue straniere;
- competenza matematica e competenze di base in scienza e tecnologia;
- competenza digitale;
- X imparare a imparare;
- X competenze sociali e civiche;
- spirito di iniziativa e imprenditorialità;
- X consapevolezza ed espressione culturale.

ARTICOLAZIONE DEL MODULO o UDA		
N°	Titolo dell'unità didattica	Contenuti
1	Comunicare con il corpo	Ricerca di forme espressive attraverso l'uso del proprio corpo
2	Educazione al ritmo	Attività motorie con base musicali (a corpo libero - con piccoli attrezzi - ai grandi attrezzi - individuali, a coppie e in gruppo).
3	Attività sportive	Esercizi di consolidamento dei fondamentali e schemi di gioco di: pallavolo - pallacanestro - badminton - calcio a 5 - 10, tennis tavolo, palla tamburello.
4	Atletica	Corsa veloce, resistenza salto in alto, salto in lungo, lancio del disco e getto del peso.

Attività di recupero in itinere:

- X Gli allievi che riportano un voto insufficiente nella verifica sommativa (alunno debitore), saranno affiancati da allievi che invece avranno riportato valutazioni positive, i quali li aiuteranno nello studio della parte più significativa dell'unità didattica.
- X Riduzione dei contenuti
- X Schematizzazione dei contenuti
- X Assegnazione di compiti particolari
- Altro (specificare):

Verifica dopo l'attività di recupero:

- prova strutturata
- prova semistrutturata
- relazione
- questionario
- X colloquio orale
- tema
- X altro (specificare) Verifica di attività motorie.

CRONOPROGRAMMA DELLE VERIFICHE

	Periodo	Tipo di verifica ⁴			
I quadrimestre	novembre	X Scritta	X Orale	X Altro	Le verifiche sono di tipo pratico. Per gli alunni che presentano l'esonero la valutazione si baserà su prove orali o scritte. Agli alunni che non partecipano regolarmente alle attività didattiche-pratiche potranno essere somministrate prove integrative orali o scritte.
	gennaio	X Scritta	X Orale	X Altro	
		<input type="checkbox"/> Scritta	<input type="checkbox"/> Orale	<input type="checkbox"/> Altro	
		<input type="checkbox"/> Scritta	<input type="checkbox"/> Orale	<input type="checkbox"/> Altro	
II quadrimestre	marzo	X Scritta	X Orale	X Altro	Le verifiche sono di tipo pratico. Per gli alunni che presentano l'esonero la valutazione si baserà su prove orali o scritte. Agli alunni che non partecipano regolarmente alle attività didattiche-pratiche potranno essere somministrate prove integrative orali o scritte
	maggio	X Scritta	X Orale	X Altro	
		<input type="checkbox"/> Scritta	<input type="checkbox"/> Orale	<input type="checkbox"/> Altro	
		<input type="checkbox"/> Scritta	<input type="checkbox"/> Orale	<input type="checkbox"/> Altro	

Le griglie e/o rubriche di valutazioni sono riportate in un documento a parte.

DIPARTIMENTO DI Scienze Motorie e Sportive
MATERIA Scienze Motorie e Sportive
CLASSI QUINTE DI TUTTI GLI INDIRIZZI

TAVOLE DI PROGRAMMAZIONE⁵

METODOLOGIA DIDATTICA

- Ex cathedra
- X** Metodo induttivo
- X Metodo deduttivo
- X** Didattica laboratoriale
- X Problemsolving
- X Problempoising
- Masterylearning
- Classe capovolta
- X Cooperative learning
- X Didattica Breve
- Brain Storming
- Altro (specificare)

⁴ La voce altro si riferisce alle prove grafiche e alle prove pratiche.

⁵ Il documento può essere liberamente modificato, perciò oltre alla compilazione degli spazi editabili, è possibile cancellare e/o duplicare sezioni del documento, come per esempio quelle riguardanti i moduli. Nelle tabelle è possibile inserire o eliminare una riga. Per selezionare una casella di controllo, basta cliccare sopra.

STRUMENTI E MEZZI

- Libro di testo
- Quaderno degli appunti
- Laboratorio
- Sussidi audio – visivi
- Computer
- LIM
- Altro (Specificare) Palestra - Attrezzi

VERIFICHE SOMMATIVE

- Interrogazioni orali
- Prove strutturate
- Compito scritto
- Questionario
- Relazione
- Prove semistrutturate
- Rapporti di ricerca
- Altro (Specificare) Test motori

MODULO N. 1: Il corpo umano con le sue espressività e possibilità di movimento.

OBIETTIVI (COMPETENZE):

- 11 Miglioramento delle qualità fisiche
- 12 Affinamento delle funzioni neuro-muscolari
- 13 Potenziamento delle capacità operative e sportive
- 14 Interiorizzazione degli aspetti teorico pratici relativi alle attività svolte.
- 15 Conoscere, essere capaci di migliorare e saper utilizzare le abilità motorie e sportive.
- 16 Capacità di organizzazione e creazione delle varie attività motorie-sportive.
- 17 Capacità di orientarsi sulle tematiche pluridisciplinari - come da scheda mod. 1

COMPETENZE CHIAVE EUROPEE

- comunicazione nella madrelingua;
- comunicazione nelle lingue straniere;
- competenza matematica e competenze di base in scienza e tecnologia;
- competenza digitale;
- imparare a imparare;
- competenze sociali e civiche;
- spirito di iniziativa e imprenditorialità;
- consapevolezza ed espressione culturale.

ARTICOLAZIONE DEL MODULO o UDA		
N°	Titolo dell'unità didattica	Contenuti
1	Consolidamento delle capacità condizionali e coordinative	Apprendimento motorio, controllo motorio, adattamento e trasformazione. Capacità di coordinazione oculo - manuale e podaliche. Capacità di equilibrio, capacità di anticipazione e reazione.

		Esercizi a corpo libero, a carico naturale, con sovraccarico, con piccoli attrezzi, ai grandi attrezzi, individuali, a coppie e in gruppo. Informazioni fondamentali e generali di anatomia e fisiologia del corpo umano. Cenni storici sull'educazione fisica
2	Test motori per l'accertamento delle capacità motorie condizionali e coordinative	Forza, velocità, resistenza, mobilità articolare.
3	Padronanza del proprio corpo e percezione sensoriale	Esercizi per il controllo posturale. Paramorfismi, dismorfismi. Schema corporeo. Riferimenti alla struttura anatomica e fisiologica della colonna vertebrale. Capacità di rilassamento guidato-autonomo.
4	Relazione con l'ambiente naturale	Attività motorie all'aperto. Informazioni e prevenzione per mantenersi in salute.

Attività di recupero in itinere:

- Gli allievi che riportano un voto insufficiente nella verifica sommativa (alunno debitore), saranno affiancati da allievi che invece avranno riportato valutazioni positive, i quali li aiuteranno nello studio della parte più significativa dell'unità didattica.
- Riduzione dei contenuti
- Schematizzazione dei contenuti
- Assegnazione di compiti particolari
- Altro (specificare):

Verifica dopo l'attività di recupero:

- prova strutturata
- prova semistrutturata
- relazione
- questionario
- colloquio orale
- tema
- altro (specificare) Verifica di attività motorie.

MODULO N. 2: Conoscenza degli obiettivi delle caratteristiche proprie delle attività motorie. Avviamento alla pratica sportiva. Salute, benessere, sicurezza e prevenzione.

OBIETTIVI (COMPETENZE):

- 9 Conoscere e applicare strategie tecnico tattiche dei giochi sportivi
- 10 Affrontare il confronto agonistico con etica sportiva rispettando le regole del Fair Play
- 11 Assumere stili di vita e comportamenti attivi per il benessere della persona.
- 12 Concetto di salute

COMPETENZE CHIAVE EUROPEE

- X comunicazione nella madrelingua;
- comunicazione nelle lingue straniere;
- competenza matematica e competenze di base in scienza e tecnologia;
- competenza digitale;
- X imparare a imparare;
- X competenze sociali e civiche;
- spirito di iniziativa e imprenditorialità;
- X consapevolezza ed espressione culturale.

ARTICOLAZIONE DEL MODULO o UDA		
N°	Titolo dell'unità didattica	Contenuti
1	Comunicare con il corpo	Ricerca di forme espressive attraverso l'uso del proprio corpo
2	Educazione al ritmo	Attività motorie con base musicali (a corpo libero - con piccoli attrezzi - ai grandi attrezzi - individuali, a coppie e in gruppo).
3	Attività sportive	Pallavolo - pallacanestro - badminton - calcio a 5 - 10, tennis tavolo, palla tamburello.
4	Atletica	Corsa veloce, resistenza salto in alto, salto in lungo, lancio del disco e getto del peso.

Attività di recupero in itinere:

- X Gli allievi che riportano un voto insufficiente nella verifica sommativa (alunno debitore), saranno affiancati da allievi che invece avranno riportato valutazioni positive, i quali li aiuteranno nello studio della parte più significativa dell'unità didattica.
- X Riduzione dei contenuti
- X Schematizzazione dei contenuti
- X Assegnazione di compiti particolari
- Altro (specificare):

Verifica dopo l'attività di recupero:

- prova strutturata
- prova semistrutturata
- relazione
- questionario
- X colloquio orale
- tema
- X altro (specificare) Verifica di attività motorie.

CRONOPROGRAMMA DELLE VERIFICHE

	Periodo	Tipo di verifica ⁶			
I quadrimestre	novembre	X Scritta	X Orale	X Altro	Le verifiche sono di tipo pratico. Per gli alunni che presentano l'esonero la valutazione si baserà su prove orali o scritte. Agli alunni che non partecipano regolarmente alle attività didattiche-pratiche potranno essere somministrate prove integrative orali o scritte.
	gennaio	X Scritta	X Orale	X Altro	
		<input type="checkbox"/> Scritta	<input type="checkbox"/> Orale	<input type="checkbox"/> Altro	
		<input type="checkbox"/> Scritta	<input type="checkbox"/> Orale	<input type="checkbox"/> Altro	
II quadrimestre	marzo	X Scritta	X Orale	X Altro	Le verifiche sono di tipo pratico. Per gli alunni che presentano l'esonero la valutazione si baserà su prove orali o scritte. Agli alunni che non partecipano regolarmente alle attività didattiche-pratiche potranno essere somministrate prove integrative orali o scritte
	maggio	X Scritta	X Orale	X Altro	
		<input type="checkbox"/> Scritta	<input type="checkbox"/> Orale	<input type="checkbox"/> Altro	
		<input type="checkbox"/> Scritta	<input type="checkbox"/> Orale	<input type="checkbox"/> Altro	

Le griglie e/o rubriche di valutazioni sono riportate in un documento a parte.

⁶ La voce altro si riferisce alle prove grafiche e alle prove pratiche.