



**Istituto di Istruzione Superiore  
"LICEO BOCCHI-GALILEI"**

Indirizzi: Classico, Linguistico, Scienze Umane, Scientifico, Scienze Applicate  
Via Dante 4, 45011 ADRIA (RO) tel. 0426 21107 - C.F. 90016140296  
Codice Meccanografico ROIS00100E - COD.UFF. UF90B7  
e-mail: [rois00100e@istruzione.it](mailto:rois00100e@istruzione.it) [rois00100e@pec.istruzione.it](mailto:rois00100e@pec.istruzione.it)



## LICEO BOCCHI-GALILEI

### PROGRAMMAZIONE CURRICOLARE PER COMPETENZE DIPARTIMENTO DI SCIENZE MOTORIE SPORTIVE

<b>DIPARTIMENTO</b>	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
<b>DISCIPLINA</b>	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
<b>CLASSI</b>	SECONDO BIENNIO E QUINTO ANNO
<b>ANNO SCOLASTICO</b>	2020/2021
<b>RESPONSABILE DEL DIPARTIMENTO</b>	PROF.GILBERTO DENTELLO

#### 1. RIFERIMENTI NORMATIVI

Riferimenti normativi:

- “Revisione dell’assetto ordinamentale, organizzativo e didattico dei licei ai sensi dell’art. 64 c. 4 del decreto legge 25 giugno 2008, n. 112 convertito in legge 6 agosto 2008, n. 135”, secondo l’Allegato A, relativo al Profilo culturale, educativo e professionale dei licei (PECUP) del D.P.R. 89 del 15 marzo 2010
- Indicazioni Nazionali
- Documento tecnico del DM 139 del 22 agosto 2007  
Assi culturali e competenze di base

- Raccomandazione del Consiglio dell'Unione Europea 22 Maggio 2018 relativa alle competenze chiave per l'apprendimento permanente (Testo rilevante ai fini del SEE) - 2018/C 189/01
- Legge 107 la Buona scuola
- PTOF Liceo Bocchi-Galilei

### **PREREQUISITI DI CLASSE PRIMA DEL SECONDO BIENNIO**

PREREQUISITI	DESCRITTORI
<b>Metodo di apprendimento e di studio</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ascoltare la lezione con adeguata attenzione.</li> <li>2. Comprendere complesse istruzioni di lavoro e consegne.</li> </ol>
<b>Comunicazione</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Usare un lessico adeguato</li> <li>2. Esporre ed eseguire in maniera corretta ed appropriata le esperienze motorie vissute (concetto)</li> <li>3. Capacità di raccogliere ed esporre informazioni teoriche inerenti tematiche attinenti alla disciplina</li> </ol>
<b>Strumentazione</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Utilizzare adeguatamente le attrezzature sportive, il libro di testo e i supporti informatici.</li> </ol>

### **CLASSE SECONDA DEL SECONDO BIENNIO**

PREREQUISITI	DESCRITTORI
<b>Metodo di apprendimento e di studio</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ascoltare con attenzione e in maniera propositiva la lezione.</li> <li>2. Comprendere le istruzioni di lavoro ed eseguire le consegne in modo preciso e puntuale.</li> </ol>
<b>Comunicazione</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conoscere e utilizzare in modo adeguato la terminologia specifica.</li> <li>2. Esporre ed eseguire in maniera corretta ed appropriata le complesse esperienze motorie vissute (concetto)</li> </ol>

	3. Capacità di raccogliere ed esporre informazioni teoriche inerenti tematiche attinenti alla disciplina
<b>Strumentazione</b>	1. Utilizzare adeguatamente ed in modo responsabile le attrezzature sportive tutelando la propria sicurezza e quella altrui. Usare con competenza il libro di testo e i supporti informatici.

**PREREQUISITI DI  
CLASSE QUINTA**

PREREQUISITI	DESCRITTORI
<b>Metodo di apprendimento e di studio</b>	1. Ascoltare con attenzione e rielaborare in maniera propositiva la lezione. 2. Gestire in modo autonomo una attività motoria applicando norme e principi per la sicurezza e la salute. 3. E' consapevole della pratica sportiva selezionando interessi e stili comportamentali.
<b>Comunicazione</b>	1. Conoscere e utilizzare in modo adeguato la terminologia specifica. 2. Esporre ed eseguire in maniera corretta ed appropriata le complesse esperienze motorie vissute (concetto) 3. Capacità di raccogliere ed esporre informazioni teoriche inerenti tematiche attinenti alla disciplina
<b>Strumentazione</b>	1. Utilizzare adeguatamente ed in modo responsabile le attrezzature sportive tutelando la propria sicurezza e quella altrui. Usare con competenza il libro di testo e i supporti informatici

## COMPETENZE CHIAVE PER L'APPRENDIMENTO PERMANENTE:

1. competenza alfabetica funzionale
2. competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare;
3. competenza in materia di cittadinanza
4. competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali.

## OBIETTIVI COGNITIVO – FORMATIVI

A conclusione dei percorsi didattici gli studenti dovranno:

### 1. Area metodologica

- Aver acquisito un metodo di studio autonomo e flessibile, che consenta di condurre ricerche e approfondimenti personali e di continuare in modo efficace i successivi studi superiori, naturale prosecuzione dei percorsi liceali, e di potersi aggiornare lungo l'intero arco della propria vita.
- Essere consapevoli della diversità dei metodi utilizzati dai vari ambiti disciplinari ed essere in grado valutare i criteri di affidabilità dei risultati in essi raggiunti.
- Saper compiere le necessarie interconnessioni tra i metodi e i contenuti delle singole discipline.

### 2. Area logico-argomentativa

- Saper sostenere una propria tesi e saper ascoltare e valutare criticamente le argomentazioni altrui.
- Acquisire l'abitudine a ragionare con rigore logico, ad identificare i problemi e a individuare possibili soluzioni.
- Essere in grado di leggere e interpretare criticamente i contenuti delle diverse forme di comunicazione.

## OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

COMPETENZE	ABILITÀ	SAPERI ESSENZIALI: CONOSCENZE
Essere consapevoli dei ritmi dell'attività motoria avendo coscienza dei propri limiti e delle proprie abilità.	Saper programmare un'attività motoria finalizzata, e saper organizzare ed applicare percorsi motori /sportivi.	Conoscere gli effetti positivi generati dai percorsi di preparazione fisica specifici.

<p>Nel gioco motorio e sportivo rispettare le regole e collaborare in modo costruttivo alle dinamiche di gruppo riconoscendo qualità e limiti propri ed altrui per raggiungere uno scopo condiviso.</p> <p>Consapevolezza del valore della pratica motoria e sportiva per la propria salute e benessere.</p> <p>Adottare in situazioni di vita o di studio comportamenti improntati fair-play.</p>	<p>Trasferire e applicare autonomamente tecniche e tattiche nelle attività sportive.</p> <p>Saper svolgere ruoli di organizzazione e gestione di eventi sportivi.</p>	<p>Padroneggiare la terminologia, regolamento tecnico, fair-play e modelli organizzativi.</p>
<p>Individuare, comprendere, sperimentare e controllare i messaggi non verbali coerentemente ai messaggi verbali per migliorare l'efficacia delle relazioni personali in contesti formali e di lavoro.</p>	<p>Padroneggiare gli aspetti comunicativi e relazionali dell'espressività corporea negli ambiti professionali o per colloqui di lavoro.</p>	<p>Conoscere la comunicazione non verbale per migliorare l'espressività nelle relazioni.</p> <p>Conoscere le caratteristiche della musica e del ritmo in funzione del movimento e delle sue possibilità di utilizzo.</p>
<p>Essere responsabili nella tutela della sicurezza.</p>	<p>Adottare comportamenti funzionali alla sicurezza nelle diverse attività.</p> <p>Applicare le procedure del primo soccorso.</p> <p>Assumere comportamenti fisicamente attivi per migliorare lo stato di benessere.</p>	<p>Conoscere le procedure per la sicurezza e il primo soccorso, i danni di una scorretta alimentazione e le problematiche legate alla sedentarietà da un punto di vista fisico e sociale.</p>

<b>Obiettivi minimi</b>		
<b>COMPETENZE</b>	<b>ABILITÀ</b>	<b>SAPERI ESSENZIALI: CONOSCENZE</b>
<p>Nelle attività motorie semplici è cosciente dei propri limiti e delle proprie abilità.</p>	<p>Saper riconoscere un'attività motoria di base e percorsi motori /sportivi</p>	<p>Conoscere gli effetti positivi elementari generati dai percorsi di preparazione fisica specifici</p>
<p>Nel gioco motorio e sportivo rispettare le regole</p> <p>Consapevolezza del valore della pratica motoria e sportiva per la propria salute e</p>	<p>Applicare semplici tecniche e strategie nelle attività sportive.</p>	<p>Conoscere le strategie tecnico-tattiche dei giochi e degli sport</p>

benessere. Adottare comportamenti improntati sul fair-play.		
Individuare i messaggi non verbali coerentemente ai messaggi verbali per migliorare le relazioni personali in contesti formali e di lavoro	Utilizzare gli aspetti comunicativi e relazionali dell'espressività corporea negli ambiti professionali.	Conoscere le caratteristiche di base della musica e del ritmo in funzione del movimento e delle sue possibilità di utilizzo

### ARTICOLAZIONE DEI CONTENUTI

CONTENUTI CL. 3 <sup>^</sup>	CONTENUTI CL. 4 <sup>^</sup>	CONTENUTI CL. 5 <sup>^</sup>
<p>Esercizi a carattere generale di affinamento e potenziamento delle capacità motorie coordinative e condizionali. Esercizi di stretching Esercizi a corpo libero eseguiti individualmente Ginnastica artistica. Atletica leggera Attività in ambiente naturale Attività complementari facoltative</p> <p>TEORIA: Ed. civica: salute e benessere. Studio del corpo umano e della funzionalità dei suoi apparati. L'importanza del gioco nello sviluppo psicomotorio del bambino Le capacità motorie coordinative e condizionali. Fair play Regolamento degli sport di squadra</p>	<p>Esercizi a carattere generale di affinamento e potenziamento delle capacità motorie coordinative e condizionali. Esercizi di stretching Esercizi a corpo libero eseguiti individualmente Ginnastica artistica. Atletica leggera Attività in ambiente naturale Attività complementari facoltative</p> <p>TEORIA: Ed. civica: salute e benessere. Studio del corpo umano e della funzionalità dei suoi apparati. Norme di primo soccorso Il doping. Fair play</p>	<p>Esercizi pre-atletici Esercizi di stretching Esercizi a corpo libero eseguiti individualmente, Ginnastica artistica. Atletica leggera Attività in ambiente naturale Attività complementari facoltative</p> <p>TEORIA: Educazione civica: l'alimentazione corretta e la sua importanza nello sport. I benefici dell'attività fisica L'evoluzione dello sport nella storia. Fair play Approfondimenti vari.</p>

Vista la particolare situazione sanitaria e le restrizioni dettate dal protocollo anti-covid che non permettono il normale svolgimento dell'attività fisica in palestra, i docenti ritengono di integrare la programmazione riguardo i contenuti delle lezioni. Si prevede pertanto il potenziamento dell'attività in ambiente naturale con lo svolgimento di lezioni fuori sede, all'aria aperta, con anche l'eventuale inclusione delle "attività complementari facoltative" durante alcune ore di lezione. Si prevede inoltre l'approfondimento in forma teorica degli argomenti che erano previsti nella pratica, come i regolamenti degli sport di squadra e atletica leggera. Per educazione civica verrà approfondito il tema della salute e benessere della persona (obiettivo 3 dell'agenda 2030).

### **COMPETENZE, ABILITÀ E CONOSCENZE DESUNTE DAL CURRICOLO DI EDUCAZIONE CIVICA E INERENTI ALLA DISCIPLINA**

<b>COMPETENZE</b>	<b>ABILITÀ</b>	<b>CONOSCENZE</b>
Essere consapevoli di sé e dell'altro.  Essere in grado di condurre una vita attenta alla salute.	Saper agire da cittadini responsabili Applicare i concetti appresi alla realtà e al proprio vissuto quotidiano.	Educazione al benessere e alla salute.

### **METODOLOGIA**

- Lezione frontale per imitazione: un'abilità motoria viene realizzata rifacendosi ad un modello;
  - globale: si avvicina maggiormente al compito da svolgere
  - analitico: viene esaminata una parte della sequenza motoria, per poi tornare alla composizione globale arricchita rispetto alla precedente.
  - ludico, maggiormente impiegato al biennio, in cui le proposte rispettano gli elementi caratteristici del gioco.
  - scoperta guidata e risoluzione di problemi: per stimolare l'elaborazione cognitiva dei ragazzi, favorisce l'azione creativa.
- Generalmente parlando l'insegnante dovrà agire come facilitatore degli apprendimenti motori dando rinforzi positivi agli alunni.
- Lezione con supporti informatici

## **STRUMENTI DI VERIFICA E VALUTAZIONE**

Allo scopo di misurare l'andamento del processo educativo e per avere costanti informazioni sui ritmi di apprendimento e sul conseguimento degli obiettivi cognitivi da parte di ciascun alunno, le verifiche si differenzieranno in

- Verifiche formative, volte ad accertare l'acquisizione di abilità tecnico-operative
- Verifiche sommative finalizzate all'assegnazione del voto di profitto.

**PRIMO PERIODO** (quadrimestre): una prova teorica e almeno una pratica.

**SECONDO PERIODO** (quadrimestre): una prova teorica e almeno una pratica.

Tutti gli alunni, anche se esonerati dall'attività pratica, saranno valutati tenendo in considerazione la situazione iniziale, i progressi ottenuti, la partecipazione, l'impegno, le capacità relazionali, il comportamento e il rispetto delle regole.

I docenti utilizzeranno la griglia di valutazione del POF, griglia di valutazione formativa e le griglie specifiche elaborate dal Dipartimento.

**MODALITÀ DI RECUPERO** L'azione di recupero sarà il più possibile tempestiva e individualizzata. Saranno utilizzate strategie didattiche alternative più adeguate alle potenzialità e alla personalità degli alunni interessati: esecuzione del movimento scomposto in parti più semplici.

## **STRUMENTI DI LAVORO**

Si utilizzeranno le strutture sportive scolastiche: Palestra e pista polivalente attigua, spazi disponibili all'aperto.

Per la parte teorica si utilizzerà il libro di Testo: -"Più movimento slim" di Fiorini – Coretti – Bocchi- Chiesa (ed. Marietti Scuola) e il materiale preparato dall'insegnante.

## **DOCENTI SCIENZE MOTORIE SPORTIVE**

GILBERTO DENTELLO  
MICHELA MAINARDI  
DOMENICO DE STFANI  
ALESSANDRO GALUPPO  
STEFANO MILANI  
CRITIANO GIOLO  
SILVIA SARAIN