

PROGRAMMAZIONE DIDATTICA DEL DIPARTIMENTO DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Definizione di obiettivi e programmi minimi, criteri di valutazione

Anno scolastico 2020/21

Docente Coordinatore GILIBERTO FRANCESCA

Docenti

CHILESE FRANCESCA

GIANESIN ELISABETTA

PASSANISI ALESSANDRA

PESAVENTO MARZIA

CAPPELLARI GIORGIO

COSTENARO NICOLA

1. CONOSCENZE ED ABILITA' IN ENTRATA

Indicare le conoscenze e le competenze richieste agli alunni nelle classi iniziali di ciascun biennio:

La molteplicità delle scuole di provenienza e, pertanto, delle esperienze sviluppate, non consente agli insegnanti della disciplina di strutturare delle prove di ingresso omogenee ed efficaci. Solo l'osservazione in un tempo relativamente lungo potrà dare all'insegnante una reale dimensione della effettiva situazione da cui partire per lo sviluppo delle competenze di riferimento.

OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO

PRIMO BIENNIO

Nel primo biennio, dopo aver preso atto della situazione motoria e relazionale del gruppo classe, sarà dedicato un percorso didattico specifico atto definire e migliorare negli studenti le capacità coordinative e condizionali per permettere loro di realizzare schemi motori sempre più complessi che possano permettere loro di affrontare adeguatamente diverse attività motorie e sportive.

Sono stati identificati quattro **nuclei fondanti** nell'ambito dei quali sono state individuate le **competenze** e le relative **conoscenze** e **abilità** che verranno scelte e adattate alle singole classi.

NUCLEI FONDANTI:	CORPO, SUA ESPRESSIVITA' E CAPACITA' CONDIZIONALI	LA PERCEZIONE SENSORIALE, MOVIMENTO, SPAZIO-TEMPO E CAPACITA' COORDINATIVE	GIOCO, GIOCO-SPORT E SPORT	SICUREZZA E SALUTE
COMPETENZE:	Svolgere attività motorie adeguandosi ai diversi contesti ed esprimere le azioni attraverso la gestualità	Utilizzare gli stimoli percettivi per realizzare in modo idoneo ed efficace l'azione motoria richiesta	Conoscere e praticare in modo corretto ed essenziale i principali giochi sportivi e sport individuali	Migliorare la consapevolezza del proprio corpo e della propria condizione fisica. Conoscere le norme di comportamento per la prevenzione di infortuni
CONOSCENZE	Essere consapevoli della propria corporeità e della sua funzionalità; riconoscere la differenza tra movimento funzionale ed espressivo.	Conoscere il sistema di alcune capacità motorie coordinative, che sottendono la prestazione motoria e sportiva.	Conoscere gli aspetti essenziali della terminologia, regolamento e tecnica degli sport;	Conoscere i principi fondamentali di prevenzione ed attuazione della sicurezza personale in palestra e negli spazi aperti. Conoscere gli elementi fondamentali del primo soccorso.
ABILITA'	Percezione, consapevolezza ed elaborazione di risposte motorie efficaci e personali in situazioni semplici. Assumere posture corrette a carico naturale.	Consapevolezza di una risposta motoria efficace ed economica. Organizzare la fase di avviamento e di allungamento muscolare in situazioni semplici.	Praticare in modo essenziale e corretto alcuni giochi sportivi e sport individuali.	Poter essere in grado di adottare un sano stile di vita.
COMPORTEMENTO	Saper riconoscere ed esprimere in modo corretto le proprie tensioni emotive.	Rispetto delle regole, delle persone e dell'ambiente.	Applicare le norme di un corretto comportamento sportivo in ambito scolastico (fair play).	Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza in palestra, a scuola e negli spazi aperti.

PARTE TEORICA Primo biennio classi prime e seconda

1. sicurezza della pratica sportiva

<https://www.youtube.com/watch?v=on-sYjPO1r4&list=PLCcQSPgGhjk0PATqFXKCjSgQ8FXWIOy1I&index=2> (nozioni di pronto soccorso)

2. Apparato locomotore e scheletrico

<https://www.youtube.com/watch?v=BtKOTY-D8eU&list=PLCcQSPgGhjk0PATqFXKCjSgQ8FXWIOy1I&index=4>

3. apparato respiratorio

<https://www.youtube.com/watch?v=jjngkMS1clk&list=PLCcQSPgGhjk0PATqFXKCjSgQ8FXWIOy1I&index=8>

<https://www.youtube.com/watch?v=EnvAe3UIQxY&list=PLCcQSPgGhjk0PATqFXKCjSgQ8FXWIOy1I&index=9>

- 4- apparato cardiocircolatorio

<https://www.youtube.com/watch?v=gDey4saqAVY&list=PLCcQSPgGhjk0PATqFXKCjSgQ8FXWIOy1I&index=13>

https://www.youtube.com/watch?v=DsxAw_kyp2M&list=PLCcQSPgGhjk0PATqFXKCjSgQ8FXWIOy1I&index=14

https://www.youtube.com/watch?v=1D-v6_YrYDs&list=PLCcQSPgGhjk0PATqFXKCjSgQ8FXWIOy1I&index=15

4. educazione alimentare

<https://www.youtube.com/watch?v=tpxhEwD4DEM>

5. la terminologia

6. paramorfismi e dismorfismi

1. Sicurezza

- 2.

3. Sistema muscolare

<https://www.youtube.com/watch?v=P7ZuCVhMSZM&list=PLCcQSPgGhjk0PATqFXKCjSgQ8FXWIOy1I&index=5>

<https://www.youtube.com/watch?v=Xj03eiAom0k> (la contraz muscolare)

metabolismo dell'esercizio

<https://www.youtube.com/watch?v=d4bYd1h1AEI&list=PLCcQSPgGhjk0PATqFXKCjSgQ8FXWIOy1I&index=6>

<https://www.youtube.com/watch?v=859UunRZBv4&list=PLCcQSPgGhjk0PATqFXKCjSgQ8FXWIOy1I&index=7>

4. educazione alimentare (su HUB):

<https://www.youtube.com/watch?v=a3qQCdjNuWI>

5. sistema nervoso

<https://www.youtube.com/watch?v=0H1-QTy46Ds&list=PLCcQSPgGhjk0PATqFXKCjSgQ8FXWIOy1I&index=16>

prima parte

<https://www.youtube.com/watch?v=HOKIA2qVCss&list=PLCcQSPgGhjk0PATqFXKCjSgQ8FXWIOy1I&index=17> seconda parte

<https://www.youtube.com/watch?v=YnXvuXbfOmY&list=PLCcQSPgGhjk0PATqFXKCjSgQ8FXWIOy1I&index=18> terza parte

OBIETTIVI DIDATTICI DEL PRIMO BIENNIO (Profilo in uscita)

Al termine del primo biennio di studio lo studente dovrà essere in grado di:

- Tollerare un lavoro sub-massimale per un tempo prolungato.
- Vincere resistenze a carico naturale.
- Compiere azioni semplici nel minor tempo possibile.
- Avere un controllo segmentario del proprio corpo.
- Svolgere compiti motori in situazioni inusuali, tali da richiedere la conquista, il mantenimento ed il recupero dell'equilibrio.
- Essere in grado di conoscere e praticare in ambito scolastico almeno uno sport di squadra ed uno individuale.
- Prendere consapevolezza del proprio corpo e la sua funzionalità.
- Essere in grado di realizzare un semplice avviamento e relativa fase di allungamento muscolare di una lezione.

OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO

SECONDO BIENNIO E QUINTO ANNO

Nel secondo biennio e nell'anno finale l'azione di consolidamento e sviluppo delle conoscenze e delle abilità motorie degli alunni proseguirà in tutte le occasioni al fine di migliorare il loro bagaglio motorio e sportivo.

Saranno promosse la partecipazione e l'organizzazione di competizioni interne ed esterne alla scuola nelle diverse specialità sportive o attività espressive (in base agli stanziamenti del Miur). Gli studenti acquisiranno una sempre più ampia capacità di lavorare con senso critico e creativo.

Le scelte verranno adattate alle singole classi.

NUCLEI FONDANTI:	CORPO, SUA ESPRESSIVITA' E CAPACITA' CONDIZIONALI	LA PERCEZIONE SENSORIALE, MOVIMENTO, SPAZIO-TEMPO E CAPACITA' COORDINATIVE	GIOCO, GIOCO-SPORT E SPORT	SICUREZZA E SALUTE
COMPETENZE:	Conoscere tempi e ritmi dell'attività motoria, riconoscendo i propri limiti e potenzialità. Rielaborare il linguaggio espressivo adattandolo a contesti diversi.	Rispondere in maniera adeguata alle varie afferenze (proprioceptive ed esteroceptive) anche in contesti sempre più complessi, per migliorare l'efficacia dell'azione motoria.	Conoscere alcuni elementi fondamentali della Storia dello sport. Conoscere ed utilizzare le strategie di gioco e dare il proprio contributo personale.	Essere in grado di conoscere le norme di sicurezza e gli interventi in caso di infortunio. Conoscere i principi per l'adozione di corretti stili di vita.
CONOSCENZE	Conoscere le potenzialità del movimento del proprio corpo e le funzioni fisiologiche.	Conoscere i principi scientifici fondamentali che sottendono la prestazione motoria e sportiva, la teoria e la metodologia dell'allenamento sportivo	Conoscere la struttura e le regole degli sport affrontati e il loro aspetto educativo e sociale.	Conoscere le norme in caso di infortunio. Conoscere i principi per un corretto stile di vita alimentare.
ABILITA'	Elaborare risposte motorie efficaci e personali in situazioni complesse. Assumere posture corrette. Organizzare percorsi motori e	Essere consapevoli di una risposta motoria efficace ed economica. Gestire in modo autonomo la fase di avviamento in funzione dell'attività scelta.	Trasferire tecniche, strategie e regole adattandole alle capacità, esigenze, spazi e tempi di cui si dispone.	Essere in grado di collaborare in caso di infortunio.

	sportivi.			
COMPORAMENTO	Essere in grado di autovalutarsi.	Dimostrare autonomia e consapevolezza nella gestione di progetti autonomi.	Cooperare in gruppo utilizzando e valorizzando le attitudini individuali.	Assumere comportamenti funzionali ad un sano stile di vita.

PARTE TEORICA Secondo biennio: classi terze e quarte

1. Sistema muscolare

<https://www.youtube.com/watch?v=P7ZuCvhMSZM&list=PLCcQSPgGhjk0PATqFXKCjSgQ8FXWIOy1l&index=5>

<https://www.youtube.com/watch?v=Xj03eiAom0k> (la contraz muscolare)

2. Capacità motorie <https://www.youtube.com/watch?v=vqG38-RwKS0&list=PLCcQSPgGhjk0xqtfYhDteZjOlyUAcy8Ef> introduzione

3. la forza : <https://www.youtube.com/watch?v=tccHtE2WmvM>

4. la Resistenza

<https://www.youtube.com/watch?v=Z0xqhPsceYc&list=PLCcQSPgGhjk0xqtfYhDteZjOlyUAcy8Ef&index=9>

<https://www.youtube.com/watch?v=c6Zl3OeFk0A&list=PLCcQSPgGhjk0xqtfYhDteZjOlyUAcy8Ef&index=10>

5. flessibilità

<https://www.youtube.com/watch?v=C7bIR36E12g&list=PLCcQSPgGhjk0xqtfYhDteZjOlyUAcy8Ef&index=7>

<https://www.youtube.com/watch?v=GEyYVuiX7eQ&list=PLCcQSPgGhjk0xqtfYhDteZjOlyUAcy8Ef&index=8>

6. velocità

7. i metodi di allenamento della resistenza

<https://www.youtube.com/watch?v=OZQnqZb5fxA&list=PLCcQSPgGhjk0xqtfYhDteZjOlyUAcy8Ef&index=11>

8. capacità coordinative Generali

9. Traumatologia

<https://www.youtube.com/watch?v=bKaP9VzkhGI&list=PLCcQSPgGhjk0PATqFXKCjSgQ8FXWIOy1l&index=3>

10. nutrizione (SU hUB): https://www.youtube.com/watch?v=Pr_ols0Azxo&list=PLsLBNKs3-033qOrcvYHM2p1XWd_ZXo_Dt&index=11

1. Metodi di allenamento
2. Capacità condizionali
3. le capacità coordinative

OBIETTIVI DIDATTICI DEL SECONDO BIENNIO (Profilo in uscita)

Al termine del secondo biennio di studio lo studente dovrà essere in grado di:

- Coordinare azioni efficaci in situazioni sempre più complesse.
- Vincere resistenze a carico naturale o leggero sovraccarico.
- Compiere azioni complesse nel minor tempo possibile.
- Essere in grado di utilizzare le qualità fisiche adattandole alle diverse esperienze ed ai vari contenuti tecnici.
- Praticare alcuni sport di squadra migliorando le conoscenze tecniche e tattiche del gioco specifico.
- Conoscere alcuni effetti prodotti dall'attività fisica sugli apparati, cenni di metodologia e teoria dell'allenamento.
- Conoscere le basi e le norme di una corretta alimentazione.

OBIETTIVI DIDATTICI DELL'ULTIMO ANNO

La personalità dello studente potrà essere pienamente valorizzata attraverso l'ulteriore diversificazione delle attività, utili a scoprire ed orientare le attitudini personali nell'ottica del pieno sviluppo del potenziale di ciascun individuo. In tal modo le scienze motorie potranno far acquisire allo studente abilità molteplici, trasferibili in qualunque altro contesto di vita. Ciò porterà all'acquisizione di corretti stili comportamentali che abbiano radice nelle attività motorie sviluppate nell'arco del quinquennio in sinergia con l'educazione alla salute, all'affettività, all'ambiente e alla legalità.

Al termine del quinto anno lo studente dovrà dimostrare di aver raggiunto:

- La capacità di utilizzare le qualità condizionali adattandole alle diverse esperienze motorie ed ai vari contenuti tecnici.
- Di conoscere alcuni principi delle metodologie di allenamento.
- Una consapevolezza delle modalità di miglioramento delle capacità coordinative in situazioni complesse;

- Di praticare alcuni giochi sportivi e di affrontare il confronto agonistico con etica corretta.
- Di saper collaborare all'organizzazione e alla gestione delle attività della classe, di eventi sportivi scolastici ed extrascolastici.
- Di conoscere e di essere consapevole degli effetti positivi prodotti dall'attività fisica sugli apparati del proprio corpo.
- Conoscere i principi fondamentali per una corretta alimentazione e per un sano stile di vita.
- Conoscere le principali norme di primo soccorso e prevenzione infortuni qualora venga attivato un percorso organizzato da personale specializzato.
- Di aver maturato un comportamento corretto verso il comune patrimonio e responsabile nei confronti dell'ambiente naturale.

*CLASSI QUINTE

1. Primo soccorso (corso Croce Rossa)
2. doping e le dipendenze
3. ripresa delle capacità condizionali e coordinative dalla quarta classe
4. metodi di allenamento

ed eventualmente

1. episodi legati alla Storia dello sport e del 900 (pillole)

2. storia dell'Atletica:

https://www.youtube.com/watch?v=H7mNsIVZuu8&list=PLsLBNKs3-033qOrcvYHM2p1XWd_ZXo_Dt&index=5

2. MODALITA' DI VERIFICA

2.1 Tipologia delle prove

Osservazione dirette ed esecuzione di prove specifiche
--

2.2 Numero minimo di prove a quadrimestre

Due

3. MODALITA' DI VALUTAZIONE

Individuazione di criteri e griglie di valutazione

COMPETENZA COMPORTAMENTALE

PARZIALE	BASILARE	ADEGUATO	ECCELLENTE
Il suo comportamento non è sempre sorretto da costanza; conosce le regole della corretta convivenza ma viene sollecitato a rispettarle	Su indicazione riesce a gestire gli impegni richiesti con sufficiente autonomia Si comporta in modo corretto e collabora al mantenimento di	Adempie responsabilmente ai comportamenti richiesti Contribuisce al buon clima di classe con un atteggiamento collaborativo	Gestisce con piena consapevolezza i propri impegni e sa essere di supporto e di esempio per gli altri.

	un buon clima di classe		È determinante per la coesione del gruppo di classe
--	-------------------------	--	---

COMPETENZA OPERATIVA

PARZIALE	BASILARE	ADEGUATO	ECCELLENTE
Coglie con difficoltà e in modo parziale il significato delle attività proposte	Ha bisogno di essere guidato all'attivazione delle diverse tecniche di movimento che poi esegue in modo sufficientemente autonomo; comprende il significato delle diverse attività	Padroneggia le diverse tecniche di movimento ed è consapevole dei singoli gesti tecnici richiesti	Utilizza con piena consapevolezza le tecniche del movimento ed è in grado di finalizzarle al miglioramento tecnico personale; accoglie positivamente tutte le attività proposte

COMPETENZA COGNITIVA

PARZIALE	BASILARE	ADEGUATO	ECCELLENTE
Dimostra conoscenze imprecise ed inadeguate	Se guidato acquisisce, seleziona e organizza Conoscenze e linguaggio idonei ai contenuti proposti	Utilizza il materiale previsto e assimila i contenuti richiesti dimostrando una discreta rielaborazione personale	Dimostra padronanza, precisione e sicurezza nella conoscenza degli argomenti trattati che personalmente approfondisce e rielabora

4. RECUPERO SOSTEGNO

4.1 Attività di recupero e/o sostegno:

L'attività di recupero sarà svolta in itinere, ritornando sugli stessi argomenti anche con modalità diverse e/o organizzando attività funzionali per gruppi di alunni

4.2 Attività previste per eventuali alunni diversamente abili:

Solo se necessario saranno programmate attività specifiche adatte al tipo di diversità motoria degli alunni. Normalmente le attività proposte sono graduate e comunque adatte a tutte le diverse abilità degli alunni della classe

4.3 Attività previste per eventuali alunni stranieri:

4.4 Attività previste per gli alunni eccellenti:

Gli alunni eccellenti saranno, per quanto possibile, stimolati ad azione di tutor sportivo nei confronti dei compagni

data

Firma del docente Coordinatore

Francesca Giliberto

NOTE: DI SEGUITO VIENE ALLEGATA LA PROGRAMMAZIONE DI DIPARTIMENTO COMPLETA SVILUPPATA IN FORMA DISCORSIVA

PROGRAMMAZIONE DEL DIPARTIMENTO DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

A.S. 2020/21

Le Scienze Motorie e Sportive nella Scuola Secondaria Superiore concorrono al processo educativo generale contribuendo alla formazione della persona al fine di favorire l'inserimento nella società civile e di renderla cosciente delle proprie caratteristiche e potenzialità. L'insegnamento delle Scienze Motorie e Sportive costituisce un ambito essenziale per favorire negli studenti il proseguimento di un equilibrato sviluppo e un consapevole benessere psicofisico.

La programmazione, in questo anno scolastico, subirà delle variazioni e prenderà in considerazione i tre aspetti della didattica: in presenza, in parte a distanza, lockdown. Vogliamo pensare che questa emergenza sia una sfida a cui dia la possibilità di mettere in pratica tutte le nostre conoscenze, sfruttarla come opportunità di rinnovamento, condivisione della programmazione con gli studenti, utilizzo di nuove tecnologie e sperimentazione sul campo.

Come nel precedente anno verrà aumentata la banca dati per la didattica a distanza, verrà confermata la collaborazione attiva con EINAUDI C'E' con la produzione di video e partecipazione degli alunni.

Viene suggerita, nei tempi in cui sarà possibile, l'adozione del registro multimediale di un testo specifico con argomenti da scaricare on line.

Verranno quanto più possibile privilegiate le attività all'esterno, percorsi fitness-circuiti, orienteering, parkur..., negli spazi del cortile, (nei pressi di spazi ben identificati del cortile verranno apposti i cartelli con gli esercizi da svolgere)

Percorsi in natura, Brenta, ciclabile..., anche in convenzione con le associazioni del territorio.

Utilizzo delle applicazioni sul cellulare per misurare i percorsi, mappare il territorio, seguire la scheda fitness scelta....

Finalità dell'insegnamento

-Favorire l'armonico sviluppo dell'adolescente agendo in forma privilegiata sull'area corporea della personalità tramite il miglioramento delle qualità fisiche e neuromuscolari. *-Migliorare la conoscenza di sé* intesa come consapevolezza e valorizzazione delle proprie risorse, apprezzamento dei miglioramenti ed accettazione dei limiti personali. *-Far percepire, gestire e vivere la corporeità in modo positivo*, considerata come un aspetto della "persona" che è unità psicofisica. La corporeità è elemento indispensabile di comunicazione, di creazione e di azione. *-Favorire il consolidamento del carattere* inteso come acquisizione di autonomia nelle proprie scelte, come esercizio dell'originalità e della creatività, come capacità di esporsi a confronti ed assumere responsabilità. *-Sviluppare la socialità ed il senso civico* inteso come rispetto di sé e degli altri, come disponibilità a collaborare per scopi comuni e come osservanza di regole e norme. *-Facilitare l'acquisizione di una cultura delle attività motorie e sportive* che tenda a promuovere l'attività fisica come costume di vita e la consapevolezza dei diversi significati che lo sport assume nell'attuale società. Si stimolerà la presa di coscienza delle attitudini e bisogni personali nella prospettiva di un'educazione permanente. *-Stimolare stili di vita e comportamenti* attivi nei confronti della salute dinamica, conferendo il giusto valore all'attività fisica e sportiva. *-Far acquisire comportamenti responsabili riguardo* alla sicurezza nell' utilizzo degli attrezzi e delle strutture, nel rispetto delle dovute norme di abbigliamento personale, nei comportamenti individuali e anche nei trasferimenti all' interno e all'esterno dell'Istituto.

Per quanto riguarda l'intero corso di studi degli alunni, gli obiettivi individuati dovranno essere perseguiti non solo tramite la semplice riproduzione di gesti e di tecniche, ma anche attraverso uno sviluppo di "conoscenza e coscienza" di ciò che il corpo effettua. Questo permetterà all'alunno di divenire progressivamente autonomo nel gestire le attività motorie e sportive.

Obiettivi specifici

Conseguimento di un adeguato potenziamento fisiologico

Deve essere perseguito sia in funzione della tutela della salute, sia come presupposto per lo svolgimento di ogni attività motoria. E' il presupposto di base da ricreare e mantenere ogni anno, nei limiti degli spazi operativi e dei tempi a disposizione.

Rielaborazione degli schemi motori di base ed uso dell'attività motoria come linguaggio

Saranno proposti gruppi di esercizi finalizzati al consolidamento della strutturazione spazio-temporale, delle capacità coordinative generali e speciali. Saranno stimolate l'utilizzo di forme di movimento originali o variate per la risoluzione di problemi motori e sportivi.

Approfondimento delle attività sportive e consolidamento di abitudini motorie permanenti

Saranno approfondite le conoscenze delle varie attività e sport proposti, mettendoli in relazione con il concetto di educazione permanente all'attività motoria.

Consolidamento del carattere, sviluppo della socialità e del senso civico

Questo obiettivo si realizzerà attraverso l'organizzazione di giochi di squadra che implicino la conoscenza, il rispetto delle regole, l'assunzione dei vari ruoli (compreso l'arbitraggio), la partecipazione a competizioni che valorizzino la personalità e verifichino le capacità e gli sforzi di ciascuno.

Informazioni fondamentali sulla tutela della salute

Queste informazioni saranno fornite attraverso spiegazioni teoriche di semplici concetti di anatomia, fisiologia, igiene personale ed alimentare. Si stimolerà la capacità di evitare incidenti a se stessi e agli altri e di prestare i primi soccorsi in caso di infortunio. Si possono prevedere anche attività di prevenzione e di informazione proposte sia da organizzazioni esterne che riferite al progetto scolastico di Educazione alla Salute.

Metodi e tecniche di insegnamento

Di norma ogni lezione prevederà un adeguato periodo di riscaldamento, una fase centrale per un insegnamento nuovo o per la ripetizione di esercizi già appresi, alcuni movimenti finali di normalizzazione cardiaca e respiratoria. Saranno inoltre previste spiegazioni teoriche per una maggior consapevolezza del lavoro svolto. Nell'insegnamento di nuove attività verrà utilizzato primariamente il "metodo globale", talvolta integrato da quello "analitico". In molte attività gli alunni lavoreranno a coppie o in piccoli gruppi e talvolta verranno suddivisi in fasce di livello per consentire di colmare lacune precedenti o di migliorare abilità già apprese.

Contenuti

Ogni insegnante opererà delle scelte tra le varie attività proposte in base ai prerequisiti e al profilo di ogni singola classe e alla disponibilità di spazi e tempi. La scansione temporale dei contenuti sarà ovviamente condizionata dalla programmazione proposta dall' UST di Vicenza, dalla effettiva disponibilità degli spazi attrezzati e dalle condizioni climatiche. Tutte le proposte saranno opportunamente variate e graduate nel maggior rispetto possibile della maturità fisiologica, psicologica e operativa del singolo.

- Es. per il miglioramento delle funzioni cardio-respiratorie e per il rafforzamento delle capacità condizionali (forza, velocità, resistenza, mobilità articolare)
- Es. per lo sviluppo delle capacità condizionali generali (apprendimento, controllo e adattamento motorio) e speciali (capacità di orientamento, di ritmo, di equilibrio, di coordinazione oculo-motoria, di differenziazione dinamica ecc.)
- Atletica leggera: conoscenza ed apprendimento degli elementi tecnici delle diverse specialità previste a livello scolastico: specialità a scelta a seconda del gruppo classe tra le seguenti, corsa veloce, di resistenza, ad ostacoli, staffetta, salto in alto e in lungo, getto del peso e lancio del disco, ecc.
- Giochi sportivi individuali e di squadra (pallavolo, pallacanestro, tennistavolo, badminton, unihoc, calcio a 5, touch-rugby, baseball, pallapugno ecc.): apprendimento e consolidamento dei fondamentali tecnici e tattici dei giochi sportivi attraverso l'esecuzione dei fondamentali individuali e di squadra. Conoscenza del lessico specifico di base, delle principali regole e degli schemi di gioco a livello scolastico.
- Lezioni di nuoto – fitness in acqua / fitness in palestra: apprendimento e/o approfondimento degli stili notatori - esecuzione dei fondamentali gesti di fitness in acqua; conoscenza e utilizzo delle macchine specifiche di cardio – tonificazione (progetto su accettazione di proposte fatte da strutture esterne);
- Attività in ambiente naturale: conoscenza e pratica della Corsa di Orientamento. Uscite didattico -sportive in ambiente naturale, anche su proposta di Enti esterni. -Eventuali manifestazioni sportive ed educative o concorsi proposti nel territorio. Eventuali uscite socializzanti in accordo con le proposte dei vari consigli di classe.

- Lezioni in lingua Inglese nelle classi interessate al progetto.
- Attività di formazione sulla sicurezza in riferimento al rischio fisico nell'ambiente sportivo.
- Partecipazione ai progetti proposti dal Comune di Bassano del Grappa: Dance Well ecc.
- Presa a carico del progetto PON, se approvato e finanziato.
- Lezioni "teoriche": elementi essenziali di Anatomia e Fisiologia, primo soccorso (anche con eventuale intervento di esperti esterni), ed. alimentare, le capacità fisiche dell'uomo, il Doping, le Olimpiadi del XX secolo, ed eventuali approfondimenti in argomenti specifici in ordine alle diverse programmazioni di classi. Gli argomenti verranno trattati, selezionandoli, nel corso del quinquennio.

Gli alunni verranno inoltre invitati ad aderire, se lo desiderano, alle attività del Centro Sportivo Scolastico sia per quanto riguarda le attività pomeridiane (tornei interclasse allenamenti, corso giudici di gara, attività sportive di ampliamento dell'offerta formativa), sia per le giornate sportive d'Istituto o gli incontri dei G.S.S. al mattino. Altre opportunità per gli alunni sono i corsi sportivi pomeridiani del progetto in rete "Extrasport" e le altre attività che potranno essere proposte nel corso dell'anno dal Comune, dall'USP di Vicenza e da altre organizzazioni. Agli alunni del triennio ritenuti meritevoli nella organizzazione e nelle attività, verrà riconosciuto dal dipartimento il credito scolastico.

Strumenti di verifica e criteri di valutazione

Le verifiche riguarderanno i miglioramenti psicofisici degli alunni registrati al termine di ogni unità d'apprendimento, considerando la situazione di partenza dell'individuo e della classe. I miglioramenti saranno registrati sia attraverso l'osservazione indiretta che l'esecuzione di prove specifiche. Nel corso di ogni nuovo insegnamento verranno utilizzate anche delle verifiche intermedie per consentire all'insegnante di osservare la gradualità dell'apprendimento e agli alunni di poter autovalutarsi coscientemente. In questa disciplina l'insegnante ha comunque la possibilità di poter osservare i progressi degli alunni senza dover continuamente proporre prove specifiche. Le valutazioni quadrimestrali saranno il risultato della somma dei dati raccolti nelle singole verifiche ed osservazioni, tenendo conto del livello di partenza, dei progressi ottenuti, della partecipazione e dell'impegno dimostrato.

I Docenti individuano i seguenti criteri orientativi di valutazione:

COMPETENZA COMPORMENTALE

PARZIALE	BASILARE	ADEGUATO	ECCELLENTE
Il suo comportamento non è sempre sorretto da costanza; conosce le regole della corretta convivenza ma viene sollecitato a rispettarle	Su indicazione riesce a gestire gli impegni richiesti con sufficiente autonomia Si comporta in modo corretto e collabora al mantenimento di un buon clima di classe	Adempie responsabilmente ai comportamenti richiesti Contribuisce al buon clima di classe con un atteggiamento collaborativo	Gestisce con piena consapevolezza i propri impegni e sa essere di supporto e di esempio per gli altri. È determinante per la coesione del gruppo di classe

COMPETENZA OPERATIVA

PARZIALE	BASILARE	ADEGUATO	ECCELLENTE
Coglie con difficoltà e in modo parziale il significato delle attività proposte	Ha bisogno di essere guidato all'attivazione delle diverse tecniche di movimento che poi esegue in modo sufficientemente autonomo; comprende il significato delle diverse attività	Padroneggia le diverse tecniche di movimento ed è consapevole dei singoli gesti tecnici richiesti	Utilizza con piena consapevolezza le tecniche del movimento ed è in grado di finalizzarle al miglioramento tecnico personale; accoglie positivamente tutte le attività proposte

COMPETENZA COGNITIVA

PARZIALE	BASILARE	ADEGUATO	ECCELLENTE
-----------------	-----------------	-----------------	-------------------

Dimostra conoscenze imprecise ed inadeguate	Se guidato acquisisce, seleziona e organizza Conoscenze e linguaggio idonei ai contenuti proposti	Utilizza il materiale previsto e assimila i contenuti richiesti dimostrando una discreta rielaborazione personale	Dimostra padronanza, precisione e sicurezza nella conoscenza degli argomenti trattati che personalmente approfondisce e rielabora
---	--	---	---

Il Dipartimento, in relazione a fattori esterni, a imprevisti o proposte di attività successivamente pervenute, si riserva di apportare eventuali modifiche od integrazioni rispetto a quanto previsto o programmato.

Si prevede inoltre anche la partecipazione ad eventuali concorsi collegati alla disciplina.

Bassano del Grappa, 12 ottobre 2020

Gli insegnanti del Dipartimento di Scienze Motorie e Sportive

CHILESE FRANCESCA
GIANESIN ELISABETTA
GILIBERTO FRANCESCA
PASSANISI ALESSANDRA
PESAVENTO MARZIA
CAPPELLARI GIORGIO
COSTENARO NICOLA

4. VERIFICA della Programmazione

I requisiti in uscita (output) della programmazione sono compatibili con i requisiti in ingresso (input) v. PTOF e Dipartimenti? - **SI** - **NO**

Sono stati apportati cambiamenti sulla base dei risultati ottenuti nell'anno scolastico precedente? *(in caso affermativo indicare quali)*

data

Firma del docente Coordinatore

Francesca Giliberto

NOTE: La compilazione può far riferimento a materiale allegato (es. prove comuni, griglie, ecc)

La parte fin qui compilata, che costituisce la programmazione del dipartimento, va consegnata in fotocopia al Dirigente Scolastico.