



# Liceo Scientifico Statale “A. Vallisneri”

Liceo Scientifico

Liceo Scientifico opzione Scienze Applicate

Liceo Linguistico

*Certificazione di qualità CAF - Agenzia formativa Regione Toscana - cod. accreditamento LU0639*

**Anno scolastico  
2018 2019**

**PROGRAMMAZIONE DIPARTIMENTALE**

**Liceo Linguistico**

Disciplina

**SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

## **Il profilo educativo, culturale e professionale dello studente liceale**

“I percorsi liceali forniscono allo studente gli strumenti culturali e metodologici per una comprensione approfondita della realtà, affinché egli si ponga, con atteggiamento razionale, creativo, progettuale e critico, di fronte alle situazioni, ai fenomeni e ai problemi, ed acquisisca conoscenze, abilità e competenze sia adeguate al proseguimento degli studi di ordine superiore, all’inserimento nella vita sociale e nel mondo del lavoro, sia coerenti con le capacità e le scelte personali”. (art. 2 comma 2 del regolamento recante “Revisione dell’assetto ordinamentale, organizzativo e didattico dei licei...”).

Per raggiungere questi risultati occorre il concorso e la piena valorizzazione di tutti gli aspetti del lavoro scolastico:

- lo studio delle discipline in una prospettiva sistematica, storica e critica;
- la pratica dei metodi di indagine propri dei diversi ambiti disciplinari;
- l’esercizio di lettura, analisi, traduzione di testi letterari, filosofici, storici, scientifici, saggistici e di interpretazione di opere d’arte;
- l’uso costante del laboratorio per l’insegnamento delle discipline scientifiche;
- la pratica dell’argomentazione e del confronto;
- la cura di una modalità espositiva scritta ed orale corretta, pertinente, efficace e personale;
- l’uso degli strumenti multimediali a supporto dello studio e della ricerca.

Si tratta di un elenco orientativo, volto a fissare alcuni punti fondamentali e imprescindibili che solo la pratica didattica è in grado di integrare e sviluppare.

La progettazione delle istituzioni scolastiche, attraverso il confronto tra le componenti della comunità educante, il territorio, le reti formali e informali, che trova il suo naturale sbocco nel Piano dell’offerta formativa; la libertà dell’insegnante e la sua capacità di adottare metodologie adeguate alle classi e ai singoli studenti sono decisive ai fini del successo formativo.

Il sistema dei licei consente allo studente di raggiungere risultati di apprendimento in parte comuni, in parte specifici dei distinti percorsi. La cultura liceale consente di approfondire e sviluppare conoscenze e abilità, maturare competenze e acquisire strumenti nelle aree metodologica; logico argomentativa; linguistica e comunicativa; storico-umanistica; scientifica, matematica e tecnologica.

### **Risultati di apprendimento comuni a tutti i percorsi liceali**

A conclusione dei percorsi di ogni liceo 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.

## **3. Area linguistica e comunicativa**

- Padroneggiare pienamente la lingua italiana e in particolare:
  - dominare la scrittura in tutti i suoi aspetti, da quelli elementari (ortografia e morfologia) a quelli più avanzati (sintassi complessa, precisione e ricchezza del lessico, anche letterario e specialistico), modulando tali competenze a seconda dei diversi contesti e scopi comunicativi;
  - saper leggere e comprendere testi complessi di diversa natura, cogliendo le implicazioni e le sfumature di significato proprie di ciascuno di essi, in rapporto con la tipologia e il relativo contesto storico e culturale;
  - curare l'esposizione orale e saperla adeguare ai diversi contesti.
- Aver acquisito, in una lingua straniera moderna, strutture, modalità e competenze comunicative corrispondenti almeno al Livello B2 del Quadro Comune Europeo di Riferimento.
- Saper riconoscere i molteplici rapporti e stabilire raffronti tra la lingua italiana e altre lingue moderne e antiche.
- Saper utilizzare le tecnologie dell'informazione e della comunicazione per studiare, fare ricerca, comunicare.

## **4. Area storico umanistica**

- Conoscere i presupposti culturali e la natura delle istituzioni politiche, giuridiche, sociali ed economiche, con riferimento particolare all'Italia e all'Europa, e comprendere i diritti e i doveri che caratterizzano l'essere cittadini.

- Conoscere, con riferimento agli avvenimenti, ai contesti geografici e ai personaggi più importanti, la storia d'Italia inserita nel contesto europeo e internazionale, dall'antichità sino ai giorni nostri.
- Utilizzare metodi (prospettiva spaziale, relazioni uomo-ambiente, sintesi regionale), concetti (territorio, regione, localizzazione, scala, diffusione spaziale, mobilità, relazione, senso del luogo...) e strumenti (carte geografiche, sistemi informativi geografici, immagini, dati statistici, fonti soggettive) della geografia per la lettura dei processi storici e per l'analisi della società contemporanea.
- Conoscere gli aspetti fondamentali della cultura e della tradizione letteraria, artistica, filosofica, religiosa italiana ed europea attraverso lo studio delle opere, degli autori e delle correnti di pensiero più significativi e acquisire gli strumenti necessari per confrontarli con altre tradizioni e culture.
- Essere consapevoli del significato culturale del patrimonio archeologico, architettonico e artistico italiano, della sua importanza come fondamentale risorsa economica, della necessità di preservarlo attraverso gli strumenti della tutela e della conservazione.
- Collocare il pensiero scientifico, la storia delle sue scoperte e lo sviluppo delle invenzioni tecnologiche nell'ambito più vasto della storia delle idee.
- Saper fruire delle espressioni creative delle arti e dei mezzi espressivi, compresi lo spettacolo, la musica, le arti visive.
- Conoscere gli elementi essenziali e distintivi della cultura e della civiltà dei paesi di cui si studiano le lingue.

## **5. Area scientifica, matematica e tecnologica**

- Comprendere il linguaggio formale specifico della matematica, saper utilizzare le procedure tipiche del pensiero matematico, conoscere i contenuti fondamentali delle teorie che sono alla base della descrizione matematica della realtà.
- Possedere i contenuti fondamentali delle scienze fisiche e delle scienze naturali (chimica, biologia, scienze della terra, astronomia), padroneggiandone le procedure e i metodi di indagine propri, anche per potersi orientare nel campo delle scienze applicate.
- Essere in grado di utilizzare criticamente strumenti informatici e telematici nelle attività di studio e di approfondimento; comprendere la valenza metodologica dell'informatica nella formalizzazione e modellizzazione dei processi complessi e nell'individuazione di procedimenti risolutivi.

## **Risultati di apprendimento del Liceo linguistico**

“Il percorso del liceo linguistico è indirizzato allo studio di più sistemi linguistici e culturali. Guida lo studente ad approfondire e a sviluppare le conoscenze e le abilità, a maturare le competenze necessarie per acquisire la padronanza comunicativa di tre lingue, oltre l’italiano e per comprendere criticamente l’identità storica e culturale di tradizioni e civiltà diverse” (art. 6 comma 1)

Gli studenti, a conclusione del percorso di studio, oltre a raggiungere i risultati di apprendimento comuni, dovranno:

- avere acquisito in due lingue moderne strutture, modalità e competenze comunicative corrispondenti almeno al Livello B2 del Quadro Comune Europeo di Riferimento;
- avere acquisito in una terza lingua moderna strutture, modalità e competenze comunicative corrispondenti almeno al Livello B1 del Quadro Comune Europeo di Riferimento;
- saper comunicare in tre lingue moderne in vari contesti sociali e in situazioni professionali utilizzando diverse forme testuali;
- riconoscere in un’ottica comparativa gli elementi strutturali caratterizzanti le lingue studiate ed essere in grado di passare agevolmente da un sistema linguistico all’altro;
- essere in grado di affrontare in lingua diversa dall’italiano specifici contenuti disciplinari;
- conoscere le principali caratteristiche culturali dei paesi di cui si è studiata la lingua, attraverso lo studio e l’analisi di opere letterarie, estetiche, visive, musicali, cinematografiche, delle linee fondamentali della loro storia e delle loro tradizioni;
- sapersi confrontare con la cultura degli altri popoli, avvalendosi delle occasioni di contatto e di scambio.

**PIANO DEGLI STUDI del**

**LICEO LINGUISTICO**

	1° biennio		2° biennio		5° anno
	1° anno	2° anno	3° anno	4° anno	
Attività e insegnamenti obbligatori per tutti gli studenti – Orario annuale					
Lingua e letteratura italiana	132	132	132	132	132
Lingua latina	66	66			
Lingua e cultura straniera 1*	132	132	99	99	99
Lingua e cultura straniera 2*	99	99	132	132	132
Lingua e cultura straniera 3*	99	99	132	132	132
Storia e Geografia	99	99			
Storia			66	66	66
Filosofia			66	66	66
Matematica**	99	99	66	66	66
Fisica			66	66	66
Scienze naturali***	66	66	66	66	66
Storia dell'arte			66	66	66
Scienze motorie e sportive	66	66	66	66	66
Religione cattolica o Attività alternative	33	33	33	33	33
<i>Totale ore</i>	891	891	990	990	990

\* Sono comprese 33 ore annuali di conversazione col docente di madrelingua

\*\* con Informatica al primo biennio

\*\*\* Biologia, Chimica, Scienze della Terra

N.B. Dal primo anno del secondo biennio è previsto l'insegnamento in lingua straniera di una disciplina non linguistica (CLIL), compresa nell'area delle attività e degli insegnamenti obbligatori per tutti gli studenti o nell'area degli insegnamenti attivabili dalle istituzioni scolastiche nei limiti del contingente di organico ad esse assegnato, tenuto conto delle richieste degli studenti e delle loro famiglie. Dal secondo anno del secondo biennio è previsto inoltre l'insegnamento, in una diversa lingua straniera, di una disciplina non linguistica (CLIL), compresa nell'area delle attività e degli insegnamenti obbligatori per tutti gli studenti o nell'area degli insegnamenti attivabili dalle istituzioni scolastiche nei limiti del contingente di organico ad esse assegnato, tenuto conto delle richieste degli studenti e delle loro famiglie.

**Indicazioni Nazionali riguardanti gli  
Obiettivi specifici di apprendimento  
per il Liceo Linguistico della disciplina  
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

**LINEE GENERALI E COMPETENZE**

Al termine del percorso liceale lo studente ha acquisito la consapevolezza della propria corporeità intesa come conoscenza, padronanza e rispetto del proprio corpo; ha consolidato i valori sociali dello sport e ha acquisito una buona preparazione motoria; ha maturato un atteggiamento positivo verso uno stile di vita sano e attivo; ha colto le implicazioni e i benefici derivanti dalla pratica di varie attività fisiche svolte nei diversi ambienti.

Lo studente consegue la padronanza del proprio corpo sperimentando un'ampia gamma di attività motorie e sportive: ciò favorisce un equilibrato sviluppo fisico e neuromotorio. La stimolazione delle capacità motorie dello studente, sia coordinative che di forza, resistenza, velocità e flessibilità, è sia obiettivo specifico che presupposto per il raggiungimento di più elevati livelli di abilità e di prestazioni motorie.

Lo studente sa agire in maniera responsabile, ragionando su quanto sta ponendo in atto, riconoscendo le cause dei propri errori e mettendo a punto adeguate procedure di correzione. È in grado di analizzare la propria e l'altrui prestazione, identificandone aspetti positivi e negativi.

Lo studente sarà consapevole che il corpo comunica attraverso un linguaggio specifico e sa padroneggiare ed interpretare i messaggi, volontari ed involontari, che esso trasmette. Tale consapevolezza favorisce la libera espressione di stati d'animo ed emozioni attraverso il linguaggio non verbale.

La conoscenza e la pratica di varie attività sportive sia individuali che di squadra, permettono allo studente di scoprire e valorizzare attitudini, capacità e preferenze personali acquisendo e padroneggiando dapprima le abilità motorie e successivamente le tecniche sportive specifiche, da utilizzare in forma appropriata e controllata. L'attività sportiva, sperimentata nei diversi ruoli di giocatore, arbitro, giudice od organizzatore, valorizza la personalità dello studente generando interessi e motivazioni specifici, utili a scoprire ed orientare le attitudini personali che ciascuno potrà sviluppare. L'attività sportiva si realizza in armonia con l'istanza educativa, sempre prioritaria, in modo da promuovere in tutti gli studenti l'abitudine e l'apprezzamento della sua pratica. Essa potrà essere propedeutica all'eventuale attività prevista all'interno dei Centri Sportivi Scolastici.

Lo studente, lavorando sia in gruppo che individualmente, impara a confrontarsi e a collaborare con i compagni seguendo regole condivise per il raggiungimento di un obiettivo comune.

La conoscenza e la consapevolezza dei benefici indotti da un'attività fisica praticata in forma regolare fanno maturare nello studente un atteggiamento positivo verso uno stile di vita attivo. Esperienze di riuscita e di successo in differenti tipologie di attività favoriscono nello studente una maggior fiducia in se stesso. Un'adeguata base di conoscenze di metodi, tecniche di lavoro e di esperienze vissute rende

lo studente consapevole e capace di organizzare autonomamente un proprio piano di sviluppo/mantenimento fisico e di tenere sotto controllo la propria postura. Lo studente matura l'esigenza di raggiungere e mantenere un adeguato livello di forma psicofisica per poter affrontare in maniera appropriata le esigenze quotidiane rispetto allo studio e al lavoro, allo sport ed al tempo libero.

L'acquisizione di un consapevole e corretto rapporto con i diversi tipi di ambiente non può essere disgiunto dall'apprendimento e dall'effettivo rispetto dei principi fondamentali di prevenzione delle situazioni a rischio (anticipazione del pericolo) o di pronta reazione all'imprevisto, sia a casa che a scuola o all'aria aperta.

Gli studenti fruiranno inoltre di molteplici opportunità per familiarizzare e sperimentare l'uso di tecnologie e strumenti anche innovativi, applicabili alle attività svolte ed alle altre discipline.

## **OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO**

### PRIMO BIENNIO

Dopo aver verificato il livello di apprendimento conseguito nel corso del primo ciclo dell'istruzione si strutturerà un percorso didattico atto a colmare eventuali lacune nella formazione di base, ma anche finalizzato a valorizzare le potenzialità di ogni studente.

### ***La percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive***

Lo studente dovrà conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità, ampliare le capacità coordinative e condizionali realizzando schemi motori complessi utili ad affrontare attività sportive, comprendere e produrre consapevolmente i messaggi non verbali leggendo criticamente e decodificando i propri messaggi corporei e quelli altrui.

### ***Lo sport, le regole e il fair play***

La pratica degli sport individuali e di squadra, anche quando assumerà carattere di competitività, dovrà realizzarsi privilegiando la componente educativa, in modo da promuovere in tutti gli studenti la consuetudine all'attività motoria e sportiva.

E' fondamentale sperimentare nello sport i diversi ruoli e le relative responsabilità, sia nell'arbitraggio che in compiti di giuria.

Lo studente praticherà gli sport di squadra applicando strategie efficaci per la risoluzione di situazioni problematiche; si impegnerà negli sport individuali abituandosi al confronto ed alla assunzione di responsabilità personali; collaborerà con i compagni all'interno del gruppo facendo emergere le proprie potenzialità.

### ***Salute, benessere, sicurezza e prevenzione***

Lo studente conoscerà i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra, a casa e negli spazi aperti, compreso quello stradale; adotterà i principi igienici e scientifici essenziali per

mantenere il proprio stato di salute e migliorare l'efficienza fisica, così come le norme sanitarie e alimentari indispensabili per il mantenimento del proprio benessere.

Conoscerà gli effetti benefici dei percorsi di preparazione fisica e gli effetti dannosi dei prodotti farmacologici tesi esclusivamente al risultato immediato.

### ***Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico***

Le pratiche motorie e sportive realizzate in ambiente naturale saranno un'occasione fondamentale per orientarsi in contesti diversificati e per il recupero di un rapporto corretto con l'ambiente; esse inoltre favoriranno la sintesi delle conoscenze derivanti da diverse discipline scolastiche.

## CLASSE PRIMA

Suddividere le conoscenze, abilità, competenze da acquisire per periodo

<b>Padronanza spazio/temporale</b>	<i>conoscenze</i>	<i>abilità</i>	<i>competenze</i>
	Cambi di direzione	Cambiare direzione sia dal lato forte che dal lato debole.	Capire quando è meglio utilizzare una o l'altra modalità.
	Arresti	Arrestarsi durante un'azione dinamica controllando l'equilibrio statico per poter ripartire	Capire quando è necessario, o vantaggioso, utilizzare l'arresto prima di eseguire altri fondamentali.
	Traiettorie di spostamento	Controllare spostamenti su traiettorie rette, oblique e semicircolari	Capire come e quando utilizzare traiettorie semplici (solo retta, solo obliqua o solo semicircolare) o composte (retta+semicircolare, obliqua+retta, etc)
	Finte	Combinare insieme i vari fondamentali per nascondere, fino all'ultimo, le proprie intenzioni all'avversario	Capire quando usare una finta piuttosto di un'altra dando prevalenza alle finte semplici rispetto a quelle più complesse (es: quando un semplice cambio di ritmo mi consente di raggiungere l'obiettivo è inutile ricercare una finta di corpo con cambio di direzione)

<b>Rispettare</b>	<i>conoscenze</i>	<i>abilità</i>	<i>competenze</i>
	La diversità (Conoscere l'esistenza di diverse caratteristiche morfologiche e comportamentali)	Prevenire qualsiasi situazione di disagio assumendo comportamenti consoni al partner della relazione.	Attuare, nel rispetto del contesto circostante, i comportamenti che si ritiene utile dover assumere valutando, prima, se possano arrecare danno a qualcuno.
	Gli altri (I tempi e i modi della comunicazione)	Ascoltare/capire	Comunicare in qualsiasi situazione e contesto.
		Osservare/Riconoscere l'espressività altrui	Agevolare la relazione adeguando i comportamenti per rasserenare l'altro e non per irritarlo.
L'ambiente (Norme di Comportamento)	Utilizzare gli ambienti e gli arredi, le attrezzature, gli attrezzi, gli strumenti posti a disposizione, di tutti, per l'attività motoria.	Assumersi le proprie responsabilità, sia in senso positivo (essere d'esempio, saper riprendere il compagno scorretto) che negativo (autodenunciare un atto scorretto, accettare i rimproveri motivati,...)	

Percorsi di recupero: obiettivi disciplinari minimi da raggiungere

Fare clic qui per immettere testo.

N° prove minime per periodo

1° periodo	2° periodo
Scritte : -	Scritte : -
Orali : 2 (per gli alunni esonerati dalla pratica)	Orali : 2 (per gli alunni esonerati dalla pratica)
Grafiche : -	Grafiche : -
Pratiche : 2	Pratiche : 3

## CLASSE SECONDA

Suddividere le conoscenze, abilità, competenze da acquisire per periodo

<i>conoscenze</i>	<i>abilità</i>	<i>competenze</i>
La prestazione :	Utilizzare al meglio il mix di	

<b>Etica sportiva e fair play</b>	-personale - degli altri	abilità: motorie (tecniche) o cognitive (tattiche). Confrontare la prestazione attuale dell'altro e personale.	Valutare, controllando e accettando le emozioni, l'esito finale di un confronto. Utilizzare ogni esperienza, anche negativa, come esperienza utile per il futuro
-----------------------------------	-----------------------------	---	---

--	--	--	--

	<i>conoscenze</i>	<i>abilità</i>	<i>competenze</i>
<b>Ruoli di gioco</b>	Aspetti tecnici e tattici dei ruoli	Eseguire i fondamentali, tecnici e tattici, base previsti dal ruolo.	Collegare la propria azione a quella dei compagni (Es. assistere in difesa un compagno) e adeguarla a quella degli avversari.
<b>Ruoli di squadra</b>	Aspetti relazionali all'interno del gruppo.	Assumere il ruolo di regista, di finalizzatore, portiere, difensore, .....	Attuare i diversi ruoli, assumendo responsabilità, sia nel contesto generale della gara che nella singola azione.

--	--	--	--

<b>Ruoli complementari:</b>	<i>conoscenze</i>	<i>abilità</i>	<i>competenze</i>
<input type="checkbox"/> Arbitro <input type="checkbox"/> Giudice <input type="checkbox"/> Segnapunti <input type="checkbox"/> Spettatore	Regolamenti		

1
---

**Percorsi di recupero: obiettivi disciplinari minimi da raggiungere**

Fare clic qui per immettere testo.
------------------------------------

**N° prove minime per periodo**

1° periodo	2° periodo
Scritte : -	Scritte : -
Orali : 1 (per gli alunni esonerati dalla pratica)	Orali : 2 (per gli alunni esonerati dalla pratica)
Grafiche : -	Grafiche : -
Pratiche : 2	Pratiche : 3

### Linee metodologiche applicate in coerenza con i criteri deliberati dal Collegio

- Lezione frontale
- Lezione dialogata
- Dibattito in classe
- Esercitazioni in classe
- Elaborazione di schemi/mappe concettuali
- Relazioni su ricerche individuali e collettive
- Correzione di esercizi
- Analisi di casi
- Gruppi di lavoro
- Simulazioni
- Problem-solving

Altro: Fare clic qui per immettere testo.

### Materiali, strumenti e laboratori utilizzati

#### MATERIALI

- Libro di testo
- Libri e riviste specializzate
- Dispense e altro materiale predisposto dai docenti
- Periodici e pubblicazioni varie
- Supporti e materiali vari
- Software applicativi
- Internet / Web

Altro: Fare clic qui per immettere testo.

#### AULE SPECIALI

- Laboratorio di informatica
- Laboratorio di lingue
- Laboratorio di fisica
- Laboratorio di scienze
- Aula video
- Aula LIM
- Aula di disegno
- Palestra e altri spazi dell'Istituto
- Strutture sportive esterne
- Biblioteca

Altro: Fare clic qui per immettere testo.

#### ATTREZZATURE

- Lavagna LIM
- PC / Tablet
- Videoproiettore
- Videoregistratore

Altro: Fare clic qui per immettere testo.

Verifiche Formative

- Domande a risposta breve scritte e orali
- Prove strutturate di vario genere
- Correzione di esercizi alla lavagna
- Test motori

Altro: Fare clic qui per immettere testo.

Verifiche Sommativie

**PROVE TRADIZIONALI**

- Interrogazioni su argomenti di una certa ampiezza
- Esercizi di traduzione
- Interrogazioni brevi
- Temi

**PROVE SEMI STRUTTURATE**

- Produzioni di testi
- Composizioni /saggi brevi
- Attività di ricerca
- Riassunti e relazioni
- Questionari a risposta aperta
- Risoluzione di problemi a percorso non obbligato
- Problem solving

**PROVE STRUTTURATE**

- Test a scelta multipla
- Brani da completare ("cloze")
- Corrispondenze
- Questionari a risposta chiusa
- Quesiti del tipo "vero/falso"

**ALTRE TIPOLOGIE**

- Esercizi di grammatica, sintassi, ...
- Esecuzione di calcoli
- Simulazioni
- Esperienze di laboratorio
- Esercizi e test motori
- Test di ascolto di materiali in lingua straniera
- Produzione di programmi informatici
- Utilizzo di software applicativo (prodotti "office")

Altro: Fare clic qui per immettere testo.

## COMPETENZE CHIAVE di SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Nella riunione di dipartimento gli insegnanti di SCIENZE MOTORIE hanno individuato gli assi culturali e le strategie per l'acquisizione di competenze chiave per l'apprendimento nel tentativo di contribuire alla formazione permanente del cittadino. La dimensione educativa del nuovo obbligo di istruzione intende fornire ai giovani gli strumenti per l'acquisizione dei saperi e delle competenze indispensabili per il pieno sviluppo della persona in tutte le sue dimensioni e quindi nel nostro ambito abbiamo esaminato la normativa del nuovo obbligo di istruzione ed è emerso che l' Educazione Fisica trova importanti riferimenti nell' asse culturale storico sociale.

Le SCIENZE MOTORIE si riconoscono pienamente nelle competenze di base che riguardano il *“collocare l'esperienza personale in un sistema di regole fondato sul reciproco riconoscimento dei diritti garantiti dalla Costituzione, a tutela della persona, della collettività e dell'ambiente”*. Tutti i contenuti contribuiscono a educare, sviluppare e consolidare questa competenza di base. SCIENZE MOTORIE è la disciplina che giorno dopo giorno getta le basi della convivenza civile, della legalità, del rispetto e della lealtà. Le competenze chiave di cittadinanza da acquisire al termine dell'istruzione obbligatoria: ascoltare, partecipare e collaborare, comunicare sia verbalmente che non verbalmente, agire in modo autonomo e responsabile, rispettare, sentirsi parte di, essere empatici e coerenti, imparare ad imparare sono tutti punti fondamentali della vita di relazione, sono obiettivi della convivenza civile che attraverso il principio della POLIVALENZA il docente di SCIENZE MOTORIE persegue quotidianamente. Erroneamente si può credere che l'attività fisica si rivolga solo all'area motoria, ma principalmente gli “effetti” si hanno nelle altre aree della personalità (area affettiva, relazionale, sociale, psicologica, cognitiva) dato che l'individuo è un'unità indivisibile.

Competenza rilevata attraverso il gioco a due squadre “Il ricevitore mobile”

COMPETENZA : <i>“collocare l'esperienza personale in un sistema di regole fondato sul reciproco riconoscimento dei diritti garantiti dalla Costituzione, a tutela della persona, della collettività e dell'ambiente”</i> .		VALUTAZIONE LIVELLO RAGGIUNTO		
		S SEMPLICE Abilità essenziali	I INTERMEDIO Problemi complessi situazioni note	A AVANZATO Problemi complessi situazioni non note
INDICATORI di COMPETENZE				
1	Sa comunicare efficacemente (scambia informazioni, elabora messaggi adeguati al contesto)			
2	Decodifica (decifra, intende) efficacemente messaggi verbali e non			
3	Sa esprimere e gestire costruttivamente le emozioni			
4	Percepisce il significato e la funzionalità delle regole			
5	Rispetta le regole			
6	Sa accettare le decisioni altrui			
7	Sa giocare in gruppo nel rispetto e nella valorizzazione di sé e degli altri			
8	Collabora mettendo a disposizione le proprie competenze			

## **OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO**

### SECONDO BIENNIO

Nel secondo biennio l'azione di consolidamento e di sviluppo delle conoscenze e delle abilità degli studenti proseguirà al fine di migliorare la loro formazione motoria e sportiva.

A questa età gli studenti, favoriti anche dalla completa maturazione delle aree cognitive frontali, acquisiranno una sempre più ampia capacità di lavorare con senso critico e creativo, con la consapevolezza di essere attori di ogni esperienza corporea vissuta.

#### ***La percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive***

La maggior padronanza di sé e l'ampliamento delle capacità coordinative, condizionali ed espressive permetteranno agli studenti di realizzare movimenti complessi e di conoscere ed applicare alcune metodiche di allenamento tali da poter affrontare attività motorie e sportive di alto livello, supportate anche da approfondimenti culturali e tecnico-tattici.

Lo studente saprà valutare le proprie capacità e prestazioni confrontandole con le appropriate tabelle di riferimento e svolgere attività di diversa durata e intensità, distinguendo le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica motoria e sportiva. Sperimenterà varie tecniche espressivo-comunicative in lavori individuali e di gruppo, che potranno suscitare un'autoriflessione ed un'analisi dell'esperienza vissuta.

#### ***Lo sport, le regole e il fair play***

L'accresciuto livello delle prestazioni permetterà agli allievi un maggiore coinvolgimento in ambito sportivo, nonché la partecipazione e l'organizzazione di competizioni della scuola nelle diverse specialità sportive o attività espressive.

Lo studente coopererà in équipe, utilizzando e valorizzando con la guida del docente le propensioni individuali e l'attitudine a ruoli definiti; saprà osservare ed interpretare i fenomeni legati al mondo sportivo ed all'attività fisica; praticherà gli sport approfondendone la teoria, la tecnica e la tattica.

#### ***Salute, benessere, sicurezza e prevenzione***

Ogni allievo saprà prendere coscienza della propria corporeità al fine di perseguire quotidianamente il proprio benessere individuale. Saprà adottare comportamenti idonei a prevenire infortuni nelle diverse attività, nel rispetto della propria e dell'altrui incolumità; egli dovrà pertanto conoscere le informazioni relative all'intervento di primo soccorso.

#### ***Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico***

Il rapporto con la natura si svilupperà attraverso attività che permetteranno esperienze motorie ed organizzative di maggior difficoltà, stimolando il piacere di vivere esperienze diversificate, sia individualmente che nel gruppo.

Gli allievi sapranno affrontare l'attività motoria e sportiva utilizzando attrezzi, materiali ed eventuali strumenti tecnologici e/o informatici.

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.

***La percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive***

Lo studente sarà in grado di sviluppare un'attività motoria complessa, adeguata ad una completa maturazione personale.

Avrà piena conoscenza e consapevolezza degli effetti positivi generati dai percorsi di preparazione fisica specifici. Saprà osservare e interpretare i fenomeni connessi al mondo dell'attività motoria e sportiva proposta nell'attuale contesto socioculturale, in una prospettiva di durata lungo tutto l'arco della vita.

***Lo sport, le regole e il fair play***

Lo studente conoscerà e applicherà le strategie tecnico-tattiche dei giochi sportivi; saprà affrontare il confronto agonistico con un'etica corretta, con rispetto delle regole e vero fair play. Saprà svolgere ruoli di direzione dell'attività sportiva, nonché organizzare e gestire eventi sportivi nel tempo scuola ed extra-scuola.

***Salute, benessere, sicurezza e prevenzione***

Lo studente assumerà stili di vita e comportamenti attivi nei confronti della propria salute intesa come fattore dinamico, conferendo il giusto valore all'attività fisica e sportiva, anche attraverso la conoscenza dei principi generali di una corretta alimentazione e di come essa è utilizzata nell'ambito dell'attività fisica e nei vari sport.

***Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico***

Lo studente saprà mettere in atto comportamenti responsabili nei confronti del comune patrimonio ambientale, tutelando lo stesso ed impegnandosi in attività ludiche e sportive in diversi ambiti, anche con l'utilizzo della strumentazione tecnologica e multimediale a ciò preposta.

## CLASSE TERZA

Suddividere le conoscenze, abilità, competenze da acquisire per periodo

	<i>conoscenze</i>	<i>abilità</i>	<i>competenze</i>
<b>Fondamentali tecnici e tattici</b>	Fondamentali tecnici degli sport individuali	Eseguire, anche combinare insieme, vari fondamentali specifici con sufficiente efficacia	Adattare e/o trasformare i movimenti tecnici in relazione al contesto ambientale o a interferenze psicofisiche. Per esecuzioni estetico utilitaristiche o biomeccaniche
	Fondamentali tecnici degli sport di squadra	Eseguire, combinare insieme, vari fondamentali specifici con sufficiente efficacia	Adattare e/o trasformare i movimenti tecnici in relazione alla variabilità ambientale per esecuzioni efficaci rispetto all'obiettivo.

	<i>conoscenze</i>	<i>abilità</i>	<i>competenze</i>
<b>Aspetti preventivi</b>	Aspetti elementari di prevenzione agli infortuni	Eseguire una attivazione (riscaldamento) preparatoria alle attività. Conoscenza dei prerequisiti richiesti da un determinato compito motorio.	Guidare una attivazione specifico in relazione alla situazione motoria. Valutare le proprie capacità motorie in relazione a un compito da affrontare (es. confrontare i prerequisiti di acrobatica rispetto alle proprie capacità prima di affrontare il compito
	Attrezzi e attrezzature (piccoli e grandi attrezzi)	Utilizzare con tecnica corretta i vari attrezzi	Scegliere le attrezzature in relazione all'obiettivo da raggiungere.
	Aspetti di assistenza diretta e indiretta	Saper predisporre un setting di attività motorio. Saper assistere un compagno durante una esecuzione	Valutare e/o adattare l'assistenza indiretta in relazione alla situazione logistica (anche in relazione alla possibilità o meno di effettuare l'attività voluta) Adeguare l'assistenza al compito richiesto e al compagno che esegue

Percorsi di recupero: obiettivi disciplinari minimi da raggiungere

Fare clic qui per immettere testo.

N° prove minime per periodo

1° periodo	2° periodo
Scritte : 1 1 ( per gli alunni esonerati nella pratica)	Scritte : 1 1 ( per gli alunni esonerati nella pratica)
Orali : 2 (per gli alunni esonerati)	Orali : 2 (per gli alunni esonerati)
Grafiche : Fare clic qui per immettere testo.	Grafiche : Fare clic qui per immettere testo.
Pratiche : 2	Pratiche : 3

## CLASSE QUARTA

Suddividere le conoscenze, abilità, competenze da acquisire per periodo

	<i>conoscenze</i>	<i>abilità</i>	<i>competenze</i>
	Effetti sugli apparati	Utilizzare il giusto apporto di energie richieste dal compito (velocità, resistenza, ..)	Distribuire le energie per la durata richiesta dal compito e in relazione all'obiettivo
	Riconoscimento	Passare da uno stato di	Utilizzare il giusto stato di

<b>Aspetti fisiologici</b>	dello stato psicofisico	tensione muscolare a uno stato di rilassamento muscolare	tensione in relazione ai momenti dello sforzo e utilizzare i momenti di recupero
	Dinamica respiratoria	Controllare le fasi respiratorie sia in stato di relax che in stato di affaticamento	Abbinare le varie fasi respiratorie ai vari momenti del compito motorio (es. nell'uso di piccoli sovraccarichi durante un lavoro in circuito) o durante le fasi di gioco

<b>Sapersi confrontare con se stesso</b>	<i>conoscenze</i>	<i>abilità</i>	<i>competenze</i>
	Le proprie capacità	Eseguire sempre, con buona prestazione, gli elementi prestativi delle discipline consone alle proprie capacità.	Gestire, controllando le emozioni (evitando, ad esempio, sentimenti di superiorità o di esaltazione), la prestazione in relazione ai compagni meno portati per la disciplina praticata.
	I propri limiti	Eseguire sempre, con il miglior adattamento possibile, gli elementi prestativi delle discipline meno consone alle proprie capacità.	Gestire, controllando gli stati di ansia (evitando, ad esempio, sentimenti di frustrazione o di inferiorità), la prestazione in relazione ai compagni più portati per la disciplina praticata.
	L'ambito prestativo	Eseguire, con giusto adattamento personale, tutte le tecniche sportive affrontate.	Valutare le proprie potenzialità al compito motorio richiesto per produrre, comunque, una risposta efficace in relazione alla tecnica richiesta. Senso di volitività e di perseveranza

1

Percorsi di recupero: obiettivi disciplinari minimi da raggiungere

Fare clic qui per immettere testo.

N° prove minime per periodo

1° periodo	2° periodo
Scritte : -	Scritte : questionario sul Primo soccorso
Orali : 2 (per gli alunni esonerati)	Orali : 2 (per gli alunni esonerati)
Grafiche : -	Grafiche : -
Pratiche : 2	Pratiche : 3

## CLASSE QUINTA

Suddividere le conoscenze, abilità, competenze da acquisire per periodo

<b>Apprendimento tecnico</b>	Fasi dell'apprendimento	Utilizzare le capacità psico/fisiche alla fase di apprendimento. Utilizzare al meglio i metodi utilizzati	Utilizzare in modo corretto i feedback e i rinforzi. Conoscere il livello prestativo raggiunto.
<b>Allenamento (corretta metodologia di lavoro)</b>	Le metodiche di lavoro e gli obiettivi ad esse correlati.	Realizzare le varie metodiche di lavoro. Sapere eseguire i singoli esercizi Saper utilizzare gli attrezzi o attrezzature.	Adeguare l'impegno psicofisico al tipo di metodica utilizzata.
<b>Organizzazione del lavoro</b>	Percorsi educativi finalizzati e già esperiti	Preparare un esercizio o una esercitazione	Apporre correttivi o rinforzare il lavoro svolto.
<b>Modalità di lavoro</b>	Modalità di lavoro: <input type="checkbox"/> individuale <input type="checkbox"/> a coppie <input type="checkbox"/> in gruppi	Collaborare nella realizzazione delle tre tipologie di lavoro.	Collaborare sia in gruppi/ coppie omogenei che eterogenei.

Percorsi di recupero: obiettivi disciplinari minimi da raggiungere

Fare clic qui per immettere testo.

N° prove minime per periodo

1° periodo	2° periodo
Scritte : -	Scritte : -
Orali : 2 (per gli alunni esonerati)	Orali : 2 (per gli alunni esonerati)
Grafiche : -	Grafiche : -
Pratiche : 2	Pratiche : 3

## Linee metodologiche applicate in coerenza con i criteri deliberati dal Collegio

- Lezione frontale
- Lezione dialogata
- Dibattito in classe
- Esercitazioni in classe
- Elaborazione di schemi/mappe concettuali
- Relazioni su ricerche individuali e collettive
- Correzione di esercizi
- Analisi di casi
- Gruppi di lavoro
- Simulazioni
- Problem-solving

Altro: Fare clic qui per immettere testo.

## Materiali, strumenti e laboratori utilizzati

### MATERIALI

- Libro di testo
- Libri e riviste specializzate
- Dispense e altro materiale predisposto dai docenti
- Periodici e pubblicazioni varie
- Supporti e materiali vari
- Software applicativi
- Internet / Web

Altro: Fare clic qui per immettere testo.

### AULE SPECIALI

- Laboratorio di informatica
- Laboratorio di lingue
- Laboratorio di fisica
- Laboratorio di scienze
- Aula video
- Aula LIM
- Aula di disegno
- Palestra e altri spazi dell'Istituto
- Strutture sportive esterne
- Biblioteca

Altro: Fare clic qui per immettere testo.

### ATTREZZATURE

- Lavagna LIM
- PC / Tablet
- Videoproiettore
- Videoregistratore

Altro: Fare clic qui per immettere testo.

Verifiche Formative

- Domande a risposta breve scritte e orali
- Prove strutturate di vario genere
- Correzione di esercizi alla lavagna
- Test motori

Altro: Fare clic qui per immettere testo.

Verifiche Sommativ

**PROVE TRADIZIONALI**

- Interrogazioni su argomenti di una certa ampiezza
- Esercizi di traduzione
- Interrogazioni brevi
- Temi

**PROVE SEMI STRUTTURATE**

- Produzioni di testi
- Composizioni /saggi brevi
- Attività di ricerca
- Riassunti e relazioni
- Questionari a risposta aperta
- Risoluzione di problemi a percorso non obbligato
- Problem solving

**PROVE STRUTTURATE**

- Test a scelta multipla
- Brani da completare ("cloze")
- Corrispondenze
- Questionari a risposta chiusa
- Quesiti del tipo "vero/falso"

**ALTRE TIPOLOGIE**

- Esercizi di grammatica, sintassi, ...
- Esecuzione di calcoli
- Simulazioni
- Esperienze di laboratorio
- Esercizi e test motori
- Test di ascolto di materiali in lingua straniera
- Produzione di programmi informatici
- Utilizzo di software applicativo (prodotti "office")

Altro: Fare clic qui per immettere testo.

### **Programmazione dettagliata svolta con metodologia CLIL**

(classi terze-quarte-quinte Liceo Linguistico + classi quinte Liceo Scientifico e Scienze applicate)

Fare clic qui per immettere testo.

### **Proposte operative per Alternanza Scuola-Lavoro**

(da inserire nella Programmazione dei consigli di classe in coerenza con le Linee guida)

Proposte operative in Centri Fitness, Palestre, Studi fisioterapici, Centri Estivi/Invernali di Animazione, Società Sportive, Circoli Sociali, CONI (Federazioni ed Enti di promozione sportiva).

### **Programmazione specifica percorso Esabac**

(Lingua francese e Storia)

Fare clic qui per immettere testo.