



ISTITUTO STATALE di ISTRUZIONE SUPERIORE

“ERNESTO BALDUCCI”

VIA ARETINA, 78A – 50065 PONTASSIEVE (FI)

TEL. 055 8316806 FAX 055 8316809

EMAIL : FIS00800G@ISTRUZIONE.IT - PEC : FIS00800G@PEC.ISTRUZIONE.IT

www.istitutobalducci.edu.it

CODICE FISCALE : 94052770487 | CODICE UNIVOCO: UF7R2C

ISTITUTO ERNESTO
STATALE
SUPERIORE **BALDUCCI**

DISCIPLINA: **SCIENZE MOTORIE**

INDIRIZZO DI STUDIO: •Liceo Scient. •Liceo Sc. Umane •ITEconomico •ITTecnologico

CLASSI: **quinte tutte le sezioni**

PREMESSA

Il presente documento rappresenta una sintesi della progettualità della scuola redatta a partire dagli obiettivi di apprendimento, dai risultati attesi, dai vincoli e dalle risorse presenti nel contesto territoriale. Il dipartimento di scienze motorie ha elaborato una programmazione didattica disciplinare trasversale per tutti gli indirizzi di studio; tuttavia, avvalendosi del diritto alla libertà di insegnamento, ogni docente presenterà un piano di lavoro per ciascuna delle rispettive classi, tenendo conto di vari fattori tra cui l'interdisciplinarietà, le esigenze formative degli studenti, i curricula verticali dei diversi indirizzi e la progettualità delle attività selezionate dal consiglio di classe. Si precisa inoltre che, a seconda della programmazione di classe, alcuni degli argomenti trattati potranno essere svolti nell'ambito della disciplina di educazione civica.

Tale documento esplicita ciò che ogni studente deve “sapere”, “saper fare” e “saper essere” nella società di oggi. A tal fine, in linea con le indicazioni nazionali per le scuole secondarie di secondo grado, vengono descritte le conoscenze, le abilità e le competenze.

- **Conoscenze:** indicano il risultato dell'assimilazione di informazioni attraverso l'apprendimento. Le conoscenze sono l'insieme di fatti, principi, teorie e pratiche relativi a un settore di studio o di lavoro; le conoscenze sono descritte come teoriche e/o pratiche.
- **Abilità:** indicano le capacità di applicare conoscenze e di usare *know-how* per portare a termine compiti e risolvere problemi; le abilità sono descritte come cognitive e pratiche (che implicano l'abilità manuale e l'uso di materiali e strumenti).
- **Competenze:** indicano la comprovata capacità di usare conoscenze, abilità e capacità personali, sociali e/o metodologiche, in situazioni di lavoro o di studio e nello sviluppo professionale e/o personale; le competenze sono descritte in termini di responsabilità e autonomia. Rappresentano il “saper agire”, ovvero la capacità di unire conoscenze, abilità e capacità personali, sociali e metodologiche e di utilizzarle nello studio e nello sviluppo personale in contesti reali.

1. OBIETTIVI DIDATTICI COMUNI CHE DEFINISCONO LA SOGLIA DELLA SUFFICIENZA

MODULO 1 – LA PERCEZIONE DI SE' ED IL COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITA' MOTORIE ED ESPRESSIVE

Conoscenze	Abilità	Competenze
Riconoscere le proprie caratteristiche in ambito sportivo e motorio.	Avere consapevolezza delle proprie attitudini nell'attività motoria e sportiva. Saper padroneggiare il ritmo personale e saper adeguarsi a ritmi differenti. Realizzare sequenze ritmiche espressive anche complesse individuali, a coppie e in gruppo.	Eseguire azioni motorie in situazioni complesse, utilizzando varie informazioni e adattandole al contesto. Elaborare ed attuare risposte motorie adeguate e personalizzate in situazioni complesse, assumendo i diversi ruoli dell'attività sportiva.



ISTITUTO STATALE di ISTRUZIONE SUPERIORE

“ERNESTO BALDUCCI”

VIA ARETINA, 78A – 50065 PONTASSIEVE (FI)

TEL. 055 8316806 FAX 055 8316809

EMAIL : FIS00800G@ISTRUZIONE.IT - PEC : FIS00800G@PEC.ISTRUZIONE.IT

www.istitutobalducci.edu.it

CODICE FISCALE : 94052770487 | CODICE UNIVOCO: UF7R2C

ISTITUTO ERNESTO
STATALE
SUPERIORE **BALDUCCI**

MODULO 2 – LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY

Conoscenze	Abilità	Competenze
Approfondire la conoscenza delle tecniche dei giochi e degli sport e le loro strategie tecnico / tattiche. Conoscere in modo approfondito la terminologia specifica e i regolamenti tecnici, il fair play. Conoscere gli aspetti sociali degli sport.	Assumere i diversi ruoli richiesti in campo. Rispettare le regole del gioco e gli avversari Trasferire e realizzare autonomamente strategie e tattiche nelle attività sportive. Riconoscere gli aspetti sociali degli sport per poter interpretare con senso critico i fenomeni di massa legati al mondo sportivo.	Praticare autonomamente con fair play alcune attività sportive, scegliendo semplici tattiche e strategie, con attenzione all’aspetto sociale e partecipando all’aspetto organizzativo.

MODULO 3 – SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE

Conoscenze	Abilità	Competenze
Approfondire gli effetti positivi di uno stile di vita attivo per il benessere fisico e socio-relazionale della persona. Conoscere gli effetti positivi dell’attività motoria sull’organismo. Conoscere le problematiche legate alla sedentarietà dal punto di vista fisico e sociale. Conoscere i principi di una corretta alimentazione e come essa è utilizzata nell’ambito dell’attività fisica e negli sport. Conoscenza del protocollo BLS. Educazione alla salute e alla solidarietà.	Scegliere autonomamente di adottare corretti stili di vita. Riuscire ad eseguire un protocollo di BLS. Curare l’alimentazione in base al fabbisogno. Curare l’igiene e la salvaguardia da sostanze illecite.	Adottare stili di vita applicando i principi di sicurezza e prevenzione e dando valore all’attività fisica e sportiva. Saper praticare le tecniche del BLS. Praticare il codice comportamentale del Pronto Soccorso.

MODULO 4 – RELAZIONE CON L’AMBIENTE NATURALE E TECNOLOGICO

Conoscenze	Abilità	Competenze
Conoscere i comportamenti responsabili nei confronti del comune patrimonio ambientale anche con l’utilizzo di strumenti tecnologici e multimediali.	Muoversi in sicurezza nell’ambiente. Tutelare il patrimonio ambientale ed impegnarsi in attività ludiche e sportive in diversi ambiti.	Scegliere consapevolmente l’attrezzatura necessaria per svolgere in sicurezza l’attività motoria.

In sintesi il dipartimento individua gli **obiettivi minimi** che ogni studente dovrebbe raggiungere al termine del quinto anno di studi.

1. Realizzare azioni motorie non complesse utilizzando le proprie capacità condizionali e coordinative generali (capacità di apprendimento motorio, capacità di controllo motorio, capacità di adattamento e trasformazione dei movimenti, ecc..).
2. Raggiungere gli standard minimi nei test e nelle osservazioni in itinere.
3. Conoscere e applicare in forma essenziale i principi fondamentali, il regolamento e le caratteristiche tecnico-tattiche delle principali discipline sportive e dei principali giochi di squadra affrontati a lezione nel quinquennio.
4. Essere quasi sufficientemente in grado di effettuare, in modo autonomo, un processo di autocorrezione e di autovalutazione.



ISTITUTO STATALE di ISTRUZIONE SUPERIORE

“ERNESTO BALDUCCI”

VIA ARETINA, 78A – 50065 PONTASSIEVE (FI)

TEL. 055 8316806 FAX 055 8316809

EMAIL : FIIS00800G@ISTRUZIONE.IT - PEC : FIIS00800G@PEC.ISTRUZIONE.IT

www.istitutobalducci.edu.it

CODICE FISCALE : 94052770487 | CODICE UNIVOCO: UF7R2C

ISTITUTO ERNESTO
STATALE
SUPERIORE BALDUCCI

5. Conoscere sufficientemente gli argomenti trattati (pratici e teorici).
6. Frequentare regolarmente le lezioni di Scienze Motorie, partecipando alle attività proposte.
7. Mantenere sempre un comportamento corretto e adeguato alla situazione.
8. Sapersi relazionare con compagni e docente mostrando rispetto e capacità collaborative.

2. SELEZIONE ED ORGANIZZAZIONE DEI CONTENUTI

Giochi sportivi

Esercizi di attivazione generale

Esercizi di stretching e di mobilità articolare

Esercizi specifici per le capacità coordinative e condizionali

Esercizi per affinare e consolidare gli schemi motori

Esercizi di preacrobatica

Esercizi per acquisire e consolidare posture corrette

Esercizi per usare consapevolmente il linguaggio del corpo

Esercizi sui fondamentali individuali e di squadra e tattiche di gioco

Attività in ambiente naturale

Arbitraggio

Sport e stili di vita

Formazione per conseguimento attestato di soccorritore BLS

3. SCELTA DEI METODI

Le principali metodologie utilizzate saranno le seguenti:

- Spiegazione verbale degli esercizi richiesti utilizzando la terminologia specifica
- Problem Solving
- Peer to peer
- Flipped Classroom
- Apprendimento cooperativo
- Dimostrazione pratica degli esercizi
- Prove ed errori
- Metodo analitico-globale
- Didattica laboratoriale
- Apprendimento creativo
- Lezione frontale

4. PREDISPOSIZIONE DEI MATERIALI e DEGLI STRUMENTI

Spazi: Aula, palestra, spazi scolastici esterni ed interni, spazi pubblici e strutture ricreativo-sportive presenti nel territorio.

Materiali e strumenti:

- Piccoli e grandi attrezzi presenti in palestra o messi a disposizione da docenti o alunni.
- Attrezzature pubbliche presenti sul territorio.
- Libro di testo.
- LIM.
- Materiale digitale e cartaceo fornite dal docente.



ISTITUTO STATALE di ISTRUZIONE SUPERIORE

“ERNESTO BALDUCCI”

VIA ARETINA, 78A – 50065 PONTASSIEVE (FI)

TEL. 055 8316806 FAX 055 8316809

EMAIL : FIS00800G@ISTRUZIONE.IT - PEC : FIS00800G@PEC.ISTRUZIONE.IT

www.istitutobalducci.edu.it

CODICE FISCALE : 94052770487 | CODICE UNIVOCO: UF7R2C

ISTITUTO ERNESTO
STATALE
SUPERIORE **BALDUCCI**

5. DETERMINAZIONE DEI TEMPI DI ATTUAZIONE

Nelle scienze motorie una medesima attività, variamente impostata, valorizza in modo diverso i molteplici obiettivi, per cui si ritiene utile non usare una rigida scansione. I vari moduli saranno presentati dai rispettivi docenti in base alle caratteristiche e alle esigenze degli studenti, alla programmazione interdisciplinare, agli impegni della classe ed alla disponibilità degli spazi di lavoro.

6. MODALITA' DI VERIFICA (*prove soggettive, prove oggettive, saggi, verifiche orali, ecc.....*)

- Test motori
- Osservazioni durante le esercitazioni pratiche
- Interrogazioni orali
- Verifiche scritte (a scelta multipla o a risposte aperte)
- Relazioni
- Autovalutazione mediata con l'insegnante

7. INDIVIDUAZIONE DEI CRITERI E DEGLI STRUMENTI DELLA VALUTAZIONE IN ITINERE o FORMATIVA

Verranno valutati:

- Partecipazione
- Impegno
- Motivazione
- Abilità motorie
- Progressi rispetto alla situazione di partenza
- Rispetto spazi e attrezzature
- Rispetto delle regole
- Fair play
- Capacità di collaborazione
- Conoscenza della disciplina
- Utilizzo dei linguaggi specifici della disciplina
- Chiarezza e correttezza espositiva
- Capacità di organizzare materiali
- Capacità di analisi, approfondimento e rielaborazione personale
- Capacità di operare dei collegamenti fra le varie discipline, trasferendo le competenze da un campo all'altro
- Capacità di esprimere opinioni e giudizi motivati.

I criteri di valutazione delle verifiche orali e/o scritte fanno riferimento alla scala numerica indicata nel PTOF. Si evidenzia che eventuali giustificazioni dalle lezioni pratiche eccedenti quelle concesse dall'insegnante, se non motivate da adeguata certificazione medica, incideranno negativamente sulla valutazione quadrimestrale e finale.

FIRMA Responsabile di Area
Disciplinare

Prof.ssa Benedetta Bulli