



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: **quarte 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
Conoscere le proprie potenzialità (punti di forza e criticità). Conoscere il ritmo nelle /delle azioni motorie e sportive complesse.	Ampliare le capacità condizionali e coordinative realizzando schemi motori complessi. Riprodurre ritmi e gesti personali e tecnici	Eseguire azioni motorie e sportive utilizzando indicazioni date e applicandole al contesto e alle proprie capacità. Eseguire differenti azioni motorie, integrando coerentemente le informazioni sensoriali con le competenze possedute.



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**

Conoscere i principi fondamentali della teoria e alcune metodiche di allenamento. Conoscere possibili interazioni fra linguaggi espressivi e altri contesti.	interagendo anche con il ritmo dell'altro e degli altri. Comunicare con coerenza ed in modo efficace attraverso segni e gesti.	Pianificare percorsi motori e sportivi. Saper applicare autonomamente metodi di allenamento con autovalutazione dei risultati. Saper riconoscere i gesti efficaci delle azioni motorie e della comunicazione. Esprimersi attraverso gestualità, emozioni, sentimenti.
---	---	--

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

Conoscenze	Abilità	Competenze
Conoscere teoria e pratica dei fondamentali individuali e delle tecniche, di squadra dei giochi e degli sport Approfondire la terminologia, il regolamento tecnico, il fair play anche in funzione dell'arbitraggio.	Elaborare autonomamente e in gruppo tecniche e strategie dei giochi sportivi trasferendole a spazi e a tempi disponibili. Cooperare in équipe utilizzando e valorizzando le propensioni e le attitudini individuali.	Praticare autonomamente alcune attività sportive scegliendo semplici strategie tattiche, mostrando correttezza, rispetto delle regole e partecipando all'aspetto organizzativo. Dimostrare buone /elevate abilità tecniche mettendo in atto, con fair play, le giuste strategie nelle attività sportive.

MODULO 3 – SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE

Conoscenze	Abilità	Competenze
Conoscere i comportamenti funzionali alla sicurezza. Conoscenza delle principali norme del codice della strada e sensibilizzazione verso il tema della prevenzione per la sicurezza stradale.	Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza. Interpretare le dinamiche afferenti al mondo sportivo e all'attività fisica.	Svolgere attività codificate e non, nel rispetto della propria e dell'altrui incolumità. Adottare stili di vita attivi applicando i principi di prevenzione, sicurezza migliorando il proprio benessere. Mostrarsi sensibili ai temi della sicurezza stradale a tutela propria e del prossimo.

MODULO 4 – RELAZIONE CON L'AMBIENTE NATURALE E TECNOLOGICO

Conoscenze	Abilità	Competenze
Conoscere più attività in coerenza con l'ambiente naturale.	Essere in grado di esprimersi e orientarsi nelle attività ludico/sportive in ambiente naturale, nel rispetto del patrimonio territoriale. Stimolare il piacere di vivere esperienze diversificate e in gruppo in ambiente naturale.	Praticare esperienze motorie, organizzative complesse e diversificate nel rispetto dell'ambiente naturale. Sentirsi a proprio agio nel contesto naturale.

In sintesi il dipartimento individua gli **obiettivi minimi** che ogni studente dovrebbe raggiungere al termine del quarto 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.



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**

4. Essere quasi sufficientemente in grado di effettuare, in modo autonomo, un processo di autocorrezione e di autovalutazione.
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

Le capacità condizionali

Teoria dell'allenamento

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

Educazione stradale

La comunicazione non verbale

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
--	--------------------------



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 **BALDUCCI**
SUPERIORE

Benedetto Falli