

Liceo “Marie Curie” (Meda)
Scientifico – Classico – Linguistico

PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE PER COMPETENZE

a.s. 2024-2025

CLASSE	Indirizzo di studio
5AS	Liceo Scientifico

Docente	Pellitteri Vincenzo
Disciplina	Scienze motorie e sportive
Monte ore settimanale nella classe	2
Documento di Programmazione disciplinare presentata in data: 30/10/2024	

1. ANALISI DELLA SITUAZIONE DI PARTENZA

1.1. Profilo generale della classe

- 1.1.1. **Primo gruppo** - *studenti con ottima preparazione di base: 60%*
- 1.1.2. **Secondo gruppo** – *studenti con buona preparazione di base: 30%*
- 1.1.3. **Terzo gruppo** – *studenti con accettabile preparazione di base: 10%*
- 1.1.4. **Quarto gruppo** – *studenti con una modesta preparazione di base: 0%*

1.2. Alunni con bisogni educativi speciali: Per eventuali studenti con bisogni educativi speciali (BES) il piano didattico personalizzato (PDP) è disponibile agli atti.

1.3. Livelli di partenza rilevati e fonti di rilevazione dei dati

Interesse nei confronti della disciplina: Adeguato

Impegno nei confronti della disciplina: Buono

Comportamento: responsabile

Fonti di rilevazione dei dati

- Prove soggettive di valutazione (es. interrogazioni, ecc.);
- Prove oggettive di valutazione (test, questionari Ecc.);
- Osservazioni degli studenti impegnati nelle attività didattiche;
- Colloqui con le famiglie;
- Esiti dell'ordine di scuola o della classe precedente;
- Altro [Fare clic o toccare qui per immettere il testo.](#)

2. QUADRO DELLE COMPETENZE

Competenze disciplinari:	<ol style="list-style-type: none">1. praticare gli sport per consolidare l'armonico sviluppo dell'adolescente.2. comprendere e produrre i messaggi non verbali.3. conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità.4. conoscere ed applicare alcune metodiche di allenamento per migliorare la propria efficienza fisica e per saperla mantenere.5. sperimentare azioni motorie via più complesse e diversificate per migliorare le proprie capacità coordinative.6. conoscere ed applicare norme igienico-sanitarie e alimentari indispensabili per il mantenimento del benessere individuale.
---------------------------------	--

2.1 Articolazione delle competenze in abilità e conoscenze

Competenze

Materia: Scienze Motorie e Sportive Classe: 5AS	
Competenze	Abilità
Percezione di sé e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive	<ul style="list-style-type: none">Controllare la respirazione e il dispendio energetico durante lo sforzo adeguandoli alla prestazione richiesta. Riprodurre con fluidità i gesti delle varie attività affrontate
Lo sport, le regole, il fair play.	<ul style="list-style-type: none">Osservare criticamente i fenomeni connessi al mondo sportivo. Assumere ruoli all'interno di un gruppo
Salute, benessere, sicurezza e prevenzione	Assumere comportamenti equilibrati nei confronti dell'organizzazione del proprio tempo libero. Organizzare la propria alimentazione in funzione dell'attività svolta
Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico	<ul style="list-style-type: none">Utilizzare gli strumenti tecnologici e informatici che riguardano l'attività fisica

[Fare clic o toccare qui per immettere il testo.](#)

3. CONTENUTI SPECIFICI DEL PROGRAMMA

Percezione di sé e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive:

Pratica: Consolidamento e potenziamento delle capacità motorie mediante attività di fitness.

Teoria: Cenni di biomeccanica del movimento. Teoria dell'allenamento. Le capacità motorie.

Lo sport, le regole, il fair play:

Pratica: Applicare principi di gioco nel contesto sportivo.

Teoria: Capacità tecniche e tattiche degli sport praticati. L'aspetto educativo e sociale dello sport.

Salute, benessere, sicurezza e prevenzione:

Pratica: Pianificazione di programmi di allenamento. Creazione del diario alimentare.

Teoria: Il movimento come elemento di prevenzione. Le abitudini alimentari.

Relazione con l'ambiente naturale:

Pratica: effettuare in forma globale varie attività con ausili specifici di supporto sia outdoor che indoor.

Teoria: Le caratteristiche delle attrezzature necessarie per praticare l'attività sportiva. Strumenti tecnologici di supporto all'attività fisica.

4. EVENTUALI PERCORSI MULTIDISCIPLINARI

Non previsti

5. MODALITA' DI LAVORO

Indicare le metodologie- strategia che si intende utilizzare

<input checked="" type="checkbox"/> Lezione frontale <input checked="" type="checkbox"/> Lezione dialogata <input type="checkbox"/> Writing and reading <input checked="" type="checkbox"/> Problem solving <input type="checkbox"/> E-learning <input type="checkbox"/> Esperienze di laboratorio <input checked="" type="checkbox"/> Brainstorming <input type="checkbox"/> Peer education	<input checked="" type="checkbox"/> Studio autonomo <input type="checkbox"/> Lavoro individuale <input checked="" type="checkbox"/> Lavoro di gruppo <input type="checkbox"/> Esercizi differenziati <input checked="" type="checkbox"/> Attività progettuali <input type="checkbox"/> Attività laboratoriali <input checked="" type="checkbox"/> Attività di recupero/consolidamento <input type="checkbox"/> Partecipazione a concorsi <input type="checkbox"/> Altro: Fare clic o toccare qui per immettere il testo.
---	--

6. AUSILI DIDATTICI

Libri di testo

Titolo: " Più movimento"

Autori: Fiorini, Bocchi, Coretti, Chiesa

Casa Editrice: Marietti scuola

[Fare clic o toccare qui per immettere il testo.](#)

<input type="checkbox"/> Biblioteca <input checked="" type="checkbox"/> Palestra <input type="checkbox"/> Laboratorio <input checked="" type="checkbox"/> Spazi esterni	<input type="checkbox"/> Fotocopie <input checked="" type="checkbox"/> E-book <input type="checkbox"/> Schemi e mappe <input checked="" type="checkbox"/> Audio - video <input type="checkbox"/> Altro: Fare clic o toccare qui per immettere il testo.
--	---

7. MODALITÀ DI RECUPERO DELLE LACUNE RILEVATE E DI EVENTUALE VALORIZZAZIONE DELLE ECCELLENZE

ORGANIZZAZIONE DEL RECUPERO

Tipologia	<input checked="" type="checkbox"/> Riproposizione dei contenuti in forma diversificata <input checked="" type="checkbox"/> Attività guidate a crescente livello di difficoltà <input checked="" type="checkbox"/> Esercitazioni per migliorare il metodo di studio e di lavoro <input type="checkbox"/> Studio individuale <input type="checkbox"/> Corsi di recupero <input type="checkbox"/> Sportello help <input type="checkbox"/> Altro: Fare clic o toccare qui per immettere il testo.
Tempi	8 ore (4 settimane)

Modalità di verifica intermedia delle carenze del I quadrimestre	Test oggettivi e orali.
Modalità di notifica dei risultati	Registro elettronico

8. ORGANIZZAZIONE DEL POTENZIAMENTO per gli alunni che hanno raggiunto una buona preparazione

Tipologia	Al momento non previsti
Tempi	Al momento non previsti
Modalità di verifica	Al momento non previsti

9. VERIFICA E VALUTAZIONE DEGLI APPRENDIMENTI

Tipologia delle verifiche	<input checked="" type="checkbox"/> Test <input checked="" type="checkbox"/> Questionari <input type="checkbox"/> Relazioni <input type="checkbox"/> Scrittura di testi (riassunti, testi descrittivi, narrativi, argomentativi) <input type="checkbox"/> Traduzioni <input type="checkbox"/> Prove strutturate o semi-strutturate <input type="checkbox"/> Analisi testuale <input type="checkbox"/> Risoluzione di problemi ed esercizi <input type="checkbox"/> Sviluppo di progetti <input checked="" type="checkbox"/> Test motori <input type="checkbox"/> Prove grafiche <input checked="" type="checkbox"/> Prove pratiche <input checked="" type="checkbox"/> Colloqui orali <input checked="" type="checkbox"/> Presentazioni <input type="checkbox"/> Altro: Fare clic o toccare qui per immettere il testo.
Criteri di misurazione della verifica	Per le griglie di valutazione si fa riferimento al documento di valutazione del dipartimento disciplinare
Tempi di correzione	1 settimana
Modalità di notifica alla classe	Attraverso comunicazioni da parte del docente e attraverso il registro elettronico
Modalità di trasmissione della valutazione alle famiglie	Attraverso registro elettronico
numero prove di verifica	Minimo 2 prove oggettive. Minimo una prova orale per gli esonerati

10. ESITI DI APPRENDIMENTO ATTESI RELATIVAMENTE ALLE COMPETENZE CHIAVE EUROPEE: si rimanda a quanto indicato nella programmazione del consiglio di classe, con particolare riferimento alle seguenti competenze specifiche della disciplina.

Indice

- 1. Analisi della situazione di partenza**
 - 1.1. Profilo generale della classe**
 - 1.2. Alunni con bisogni educativi speciali**
 - 1.3. Livelli di partenza rilevati e fonti di rilevazione dei dati**
- 2. Quadro delle competenze**
 - 2.1. Articolazione delle competenze**
- 3. Contenuti specifici del programma**
- 4. Eventuali percorsi multidisciplinari**
- 5. Modalità di lavoro**
- 6. Ausili didattici**
- 7. Modalità di recupero delle lacune rilevate e di eventuale valorizzazione delle eccellenze**
- 8. Organizzazione del potenziamento per gli alunni che hanno raggiunto una buona preparazione**
- 9. Verifica e valutazione degli apprendimenti**
- 10. Esiti di apprendimento attesi relativamente alle competenze chiave europee**