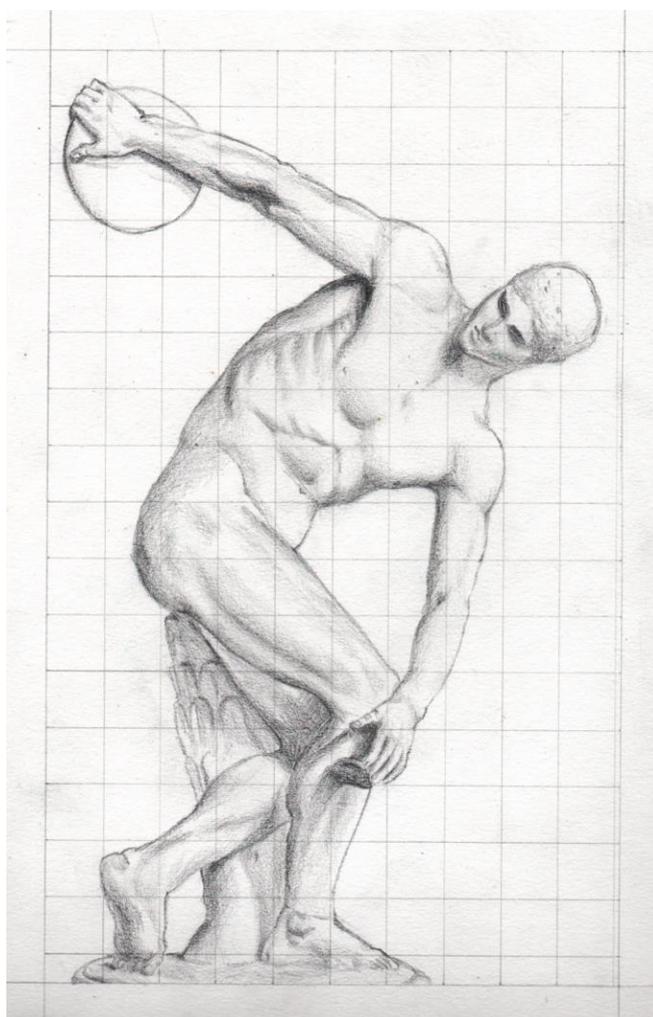


## PROGRAMMAZIONE DI DIPARTIMENTO

### Scienze motorie e sportive



## PROGRAMMAZIONE DI DIPARTIMENTO

<b>DIPARTIMENTO</b>	Scienze motorie e sportive
<b>DISCIPLINE</b>	Scienze motorie e sportive
<b>DOCENTI</b>	a.s. 2013-14 TORMENA FIORITA (docente a T.I. - titolare ITT) SCHIRATTI ELISA (docente a T.I. - titolare TMM) CANZIAN RENATA (docente a T.I. - titolare LICEO SCIENTIFICO E LINGUISTICO) SACCARDI SILVIA (docente a T.D. -LICEO SCIENTIFICO)

### PIANO DI LAVORO ANNUALE

RIUNIONE N° 1	3 – 5 settembre 2013
RIUNIONE N° 2	23 settembre 2013
RIUNIONE N° 3	8 ottobre 2013
RIUNIONE N° 4	23 gennaio 2014
RIUNIONE N° 5	12 marzo 2014
RIUNIONE N° 6	29 aprile 2014

### EVENTUALI ALTRE RIUNIONI NON PROGRAMMATE


**SEZIONE 1**  
**CARATTERIZZAZIONE DELLA/E DISCIPLINA/E DEL DIPARTIMENTO**  
**RISPETTO ALL'IDENTITA' DELL'ISTITUTO**

Il Dipartimento di SMS di questo Istituto ha scelto di potenziare la pratica sportiva e rivolgerla soprattutto agli studenti solitamente poco coinvolti negli apprendimenti non formali e informali.

Il dipartimento intende far sì che lo studente consegua, al termine del percorso quinquennale, risultati di apprendimento che lo mettono in grado di avere consapevolezza dell'importanza che riveste la pratica dell'attività motoria – sportiva con lo scopo di valorizzare la funzione educativa e non meramente addestrativa, così come delineato nelle competenze in uscita previste dalle Linee Guida degli Istituti Tecnici e dalle indicazioni Nazionali dei Licei.

**COMPETENZE IN USCITA AL TERMINE DEL QUINQUENNIO\***

1. Lo studente ha acquisito la consapevolezza della propria corporeità intesa come conoscenza, padronanza e rispetto del proprio corpo;
2. Lo studente 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;
3. Lo studente ha colto le implicazioni e i benefici derivanti dalla pratica di varie attività fisiche svolte nei diversi ambienti;
4. Lo studente sa agire in maniera responsabile, riconoscendo le cause dei propri errori e mettendo a punto adeguate procedure di correzione;
5. Lo studente è in grado di analizzare la propria e l'altrui prestazione, identificandone aspetti positivi e negativi;
6. 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;
7. lo studente è consapevole e capace di organizzare autonomamente un proprio piano di sviluppo/mantenimento fisico e di tenere sotto controllo la propria postura.

\*Linee Guida e Indicazioni Nazionali

## SEZIONE 2

<b>RISULTATI DI APPRENDIMENTO DELLA DISCIPLINA:</b>	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
<b>INDIRIZZO</b>	I.T.T. – ITIS- LICEO SCIENTIFICO- LICEO LINGUISTICO

## PRIMO BIENNIO

Individuazione delle competenze, delle abilità e delle conoscenze (saperi essenziali) disarticolate per annualità in relazione:

- all'identità dell'istituto
- alla caratterizzazione dell'indirizzo
- alle caratteristiche dell'utenza
- ai progetti/attività/iniziative continuative che valorizzano la disciplina nell'ambito dell'indirizzo e/o dell'Istituto

In riferimento alle:

LINEE GUIDA (PER GLI ISTITUTI TECNICI)

INDICAZIONI NAZIONALI (PER I LICEI)

**PRIMO ANNO****COMPETENZE**

(IN RELAZIONE ALLE LINEE GUIDA E/O INDICAZIONI NAZIONALI)

- a) Lo studente sviluppa i valori sociali dello sport e acquisisce progressivamente una buona preparazione motoria; matura progressivamente un atteggiamento positivo verso uno stile di vita sano e attivo;
- b) Lo studente coglie le implicazioni e i benefici derivanti dalla pratica di varie attività fisiche svolte nei diversi ambienti;
- c) Lo studente analizza globalmente la propria prestazione, identificandone aspetti positivi e negativi.

<b>AMBITI ATTIVITA'</b> (in relazione alle I.N. e L.G.)	<b>ABILITA'</b> (individuate come necessarie da acquisire al termine del secondo anno in questa disciplina)	<b>CONOSCENZE</b> (individuate come necessarie da acquisire al termine del secondo anno in questa disciplina)	<b>ESEMPI DI COMPITI</b>
<i>Percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive</i>	Utilizza schemi motori sufficientemente complessi di fronte ad attività motorie coordinative a corpo libero e con piccoli e grandi attrezzi. Esegue correttamente le tecniche delle andature preatletiche di base. Utilizza grossolanamente tecniche di espressione corporea.	Conosce le capacità coordinative e le diverse specializzazioni.  Conosce il linguaggio verbale e non verbale.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Percorso con piccoli e grandi attrezzi a tempo.</li> <li>• Test scritto sulle capacità coordinative.</li> <li>• Riproduzione di breve sequenza espressiva, coreografia, danza, ecc.</li> </ul>
<i>Lo sport, le regole il fair play</i>  SPORT DI SQUADRA	Esegue con sufficiente correttezza tecnica i fondamentali individuali di almeno 2 sport di squadra Utilizza grossolanamente i fondamentali in semplici contesti di gioco Gestisce semplici situazioni di arbitraggio Applica le regole base del fair play nel gioco sportivo proposto	Conosce e descrive le tecniche base degli sport proposti  Conosce le regole principali degli sport proposti  Conosce le regole del fair play	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esercizi analitici sui fondamentali</li> <li>• Percorsi e circuiti con l'utilizzo dei fondamentali</li> <li>• Utilizzo dei fondamentali in contesti di gioco</li> <li>• Arbitraggio di situazioni di gioco semplificate</li> </ul>
<i>Lo sport, le regole il fair play</i>  SPORT INDIVIDUALI	Esegue con sufficiente correttezza almeno due tecniche tra quelle (1) proposte ( <i>salti, corse, lanci, volteggi, progressioni, stili, ecc.</i> ) Se guidato, sa gestire lo sforzo e le proprie capacità motorie nella fase di performance Se guidato, sa riconoscere la propria prestazione e l'incremento ottenuto Rispetta le regole base di esecuzione della tecnica	Conosce e descrive le tecniche base delle specialità proposte	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esercizi analitici sulle tecniche apprese (salti, corse, lanci, volteggi progressioni, stili, ecc.)</li> <li>• Percorsi e circuiti con l'utilizzo delle tecniche</li> <li>• Misurazione della prestazione e dell'incremento individuale</li> </ul>

<b>AMBITI ATTIVITA'</b> (in relazione alle I.N. e L.G.)	<b>ABILITA'</b> (individuare come necessarie da acquisire al termine del secondo anno in questa disciplina)	<b>CONOSCENZE</b> (individuare come necessarie da acquisire al termine del secondo anno in questa disciplina)	<b>ESEMPI DI COMPITI</b>
<i>Salute, benessere, sicurezza e prevenzione</i>	<p>Applica i principi primari di prevenzione per la sicurezza personale</p> <p>Adotta alcuni principi igienici per mantenere lo stato di salute e l'efficienza fisica</p>	<p>Conosce le norme igieniche, sanitarie ed alimentari</p> <p>Conosce gli effetti benefici del movimento</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Semplici compiti di assistenza reciproca</li> <li>• Messa in sicurezza di campi di gioco e spazi di attività</li> <li>• Verifica teorica sulle conoscenze proposte</li> </ul>
<i>Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico</i>	<p>Si muove con sufficiente disinvoltura in contesti non strutturati e inusuali</p> <p>Pratica almeno una tecnica sportiva in ambiente naturale</p> <p>Tabula i risultati delle proprie performances</p>	<p>Conosce le tecniche base della pratica sportiva in ambiente naturale</p> <p>Conosce i benefici della pratica motoria in ambiente naturale</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esecuzione tecnica di uno sport o attività in ambiente naturale</li> <li>• Misurazione della prestazione (tempo, misura ecc)</li> <li>• Verifica teorica sulle conoscenze proposte</li> </ul>

Le abilità e le conoscenze ritenute imprescindibili al termine del primo anno saranno elemento base per la costruzione delle prove comuni.

Le prove di verifica terranno conto di:

aspetti quantitativi oggettivati da tabelle di riferimento comuni al dipartimento;

aspetti qualitativi legati all'esecuzione tecnica e al miglioramento individuale rispetto al livello di partenza.

**SECONDO ANNO****COMPETENZE**

(IN RELAZIONE ALLE LINEE GUIDA E/O INDICAZIONI NAZIONALI)

- a) Lo studente 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;
- b) Lo studente coglie le implicazioni e i benefici derivanti dalla pratica di varie attività fisiche svolte nei diversi ambienti;
- c) Lo studente è in grado di analizzare la propria prestazione, identificandone aspetti positivi e negativi.

<b>AMBITI ATTIVITA'</b> (in relazione alle I.N. e L.G.)	<b>ABILITA'</b> (individuare come necessarie da acquisire al termine del secondo anno in questa disciplina)	<b>CONOSCENZE</b> (individuare come necessarie da acquisire al termine del secondo anno in questa disciplina)	<b>ESEMPI DI COMPITI</b>
<i>Percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive</i>	Utilizza schemi motori anche complessi di fronte ad attività motorie coordinative a corpo libero e con piccoli e grandi attrezzi. Esegue correttamente le tecniche delle andature preatletiche semplici e complesse. Utilizza correttamente semplici tecniche di espressione corporea.	Conosce lo schema base delle fasi della lezione/allenamento (riscaldamento, fase tecnica di gioco, defaticamento)  Conosce le principali specialità di fitness e delle metodologie di allenamento	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Percorsi/circuiti</li> <li>• Esecuzione analitica delle tecniche</li> <li>• Test scritto</li> <li>• Elaborazione di breve sequenza, coreografia, ecc</li> </ul>
<i>Lo sport, le regole il fair play</i>  <b>SPORT DI SQUADRA</b>	Esegue correttamente la tecnica de i fondamentali individuali di almeno 2 sport di squadra Utilizza correttamente i fondamentali in semplici contesti di gioco Gestisce semplici situazioni di arbitraggio Applica le regole base del fair play nel gioco sportivo proposto	Conosce e descrive le tecniche base degli sport proposti  Conosce le regole principali degli sport proposti	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esercizi analitici sui fondamentali</li> <li>• Percorsi e circuiti con l'utilizzo dei fondamentali</li> <li>• Utilizzo dei fondamentali in contesti di gioco</li> <li>• Arbitraggio di situazioni di gioco semplificate</li> </ul>

<b>AMBITI ATTIVITA'</b> (in relazione alle I.N. e L.G.)	<b>ABILITA'</b> (individuare come necessarie da acquisire al termine del secondo anno in questa disciplina)	<b>CONOSCENZE</b> (individuare come necessarie da acquisire al termine del secondo anno in questa disciplina)	<b>ESEMPI DI COMPITI</b>
<i>Lo sport, le regole il fair play</i>  <i>SPORT INDIVIDUALI</i>	Esegue correttamente almeno quattro tecniche tra quelle proposte (salti, corse, lanci, volteggi progressioni, stili, ecc.) Sa gestire lo sforzo e le proprie capacità motorie nella fase di performance Se guidato, sa riconoscere la propria prestazione e quella altrui e sa valutare l'incremento ottenuto Rispetta le regole base di esecuzione della tecnica	Conosce le tecniche base delle specialità proposte  Conosce le regole di base delle tecniche proposte	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esercizi analitici sulle tecniche apprese (salti, corse, lanci, volteggi progressioni, stili, ecc.)</li> <li>• Percorsi e circuiti con l'utilizzo delle tecniche</li> <li>• Misurazione della prestazione e dell'incremento individuale</li> </ul>
<i>Salute, benessere, sicurezza e prevenzione</i>	Applica i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale  Adotta alcuni principi igienici per mantenere lo stato di salute e l'efficienza fisica  Conduce brevi fasi di lezione (riscaldamento, stretching, parte finale), arbitraggi e/o giurie	Conosce le norme sanitarie ed alimentari  Conosce gli effetti benefici del movimento  Conosce gli effetti dannosi dei prodotti farmacologici tesi all'incremento del risultato immediato (doping)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Semplici compiti di assistenza reciproca</li> <li>• Messa in sicurezza di campi di gioco e spazi di attività</li> <li>• Verifica teorica sulle conoscenze proposte</li> </ul>
<i>Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico</i>	Si muove con disinvoltura in contesti non strutturati e inusuali Pratica almeno due tecniche sportive in ambiente naturale Tabula e rielabora i risultati delle proprie performances anche attraverso l'uso dei sistemi informatici.	Conosce le tecniche base della pratica sportiva in ambiente naturale  Conosce i benefici della pratica motoria in ambiente naturale	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esecuzione tecnica di uno sport o attività in ambiente naturale</li> <li>• Misurazione della prestazione</li> <li>• Verifica teorica sulle conoscenze proposte</li> </ul>

Le abilità e le conoscenze ritenute imprescindibili al termine del primo anno saranno elemento base per la costruzione delle prove comuni.

Le prove di verifica terranno conto di:

- aspetti quantitativi oggettivati da tabelle di riferimento comuni al dipartimento;
- aspetti qualitativi legati all'esecuzione tecnica e al miglioramento individuale rispetto al livello di partenza.

**SEZIONE 3**  
**AMBITO MULTIDISCIPLINARE**

**COMPETENZE TRASVERSALI MOBILITATE DA TUTTE LE DISCIPLINE DI DIPARTIMENTO**  
**(IN RELAZIONE AGLI ASSI CULTURALI E ALLE COMPETENZE CHIAVE EUROPEE)**

<b>Competenze chiave di cittadinanza da acquisire al termine dell'istruzione obbligatoria</b>	<b>Contributo della disciplina</b>
<b>IMPARARE AD IMPARARE</b> - organizzare il proprio apprendimento, individuando, scegliendo ed utilizzando varie fonti e varie modalità di informazione e di formazione (formale, non formale ed informale), anche in funzione dei tempi disponibili, delle proprie strategie e del proprio metodo di studio e di lavoro.	Riflettere progressivamente sull'apprendimento individuando punti di forza e di debolezza; individuare strategie di miglioramento individuali e di gruppo.
<b>PROGETTARE</b> - elaborare e realizzare progetti riguardanti lo sviluppo delle proprie attività di studio e di lavoro, utilizzando le conoscenze apprese per stabilire obiettivi significativi e realistici e le relative priorità, valutando i vincoli e le possibilità esistenti, definendo strategie di azione e verificando i risultati raggiunti.	Con la guida dell'insegnante, organizzare semplici eventi, progettare in gruppo attività creative individuando obiettivo, mezzi, strumenti, tempi e spazi a disposizione.
<b>COMUNICARE</b> – rappresentare eventi, fenomeni, principi, concetti, norme, procedure, atteggiamenti, stati d'animo, emozioni, ecc. utilizzando linguaggi diversi (verbale, matematico, scientifico, simbolico, ecc.) e diverse conoscenze disciplinari, mediante diversi supporti (cartacei, informatici e multimediali).	Utilizzare il linguaggio non verbale attraverso la gestualità, la creatività corporea individuale e di gruppo.
<b>COLLABORARE E PARTECIPARE</b> - interagire in gruppo, comprendendo i diversi punti di vista, valorizzando le proprie e le altrui capacità, gestendo la conflittualità, contribuendo all'apprendimento comune ed alla realizzazione delle attività collettive, nel riconoscimento dei diritti fondamentali degli altri.	Partecipare alle attività proposte, interagire con il gruppo, valorizzando le proprie e altrui capacità, gestendo le conflittualità e contribuendo al raggiungimento di un obiettivo comune.
<b>AGIRE IN MODO AUTONOMO E RESPONSABILE</b> - sapersi inserire in modo attivo e consapevole nella vita sociale e far valere al suo interno i propri diritti e bisogni riconoscendo al contempo quelli altrui, le opportunità comuni, i limiti, le regole, le responsabilità.	Acquisire progressivamente autonomia nella gestione di compiti motori individuali e di gruppo, assumendo la responsabilità delle finalità e degli scopi del compito proposto.
<b>RISOLVERE PROBLEMI</b> - affrontare situazioni problematiche costruendo e verificando ipotesi, individuando le fonti e le risorse adeguate, raccogliendo e valutando i dati, proponendo soluzioni utilizzando, secondo il tipo di problema, contenuti e metodi delle diverse discipline.	Valutare contesto, fattori esterni, variabili non previste e scegliere le tecniche apprese più idonee delle varie specialità.
<b>INDIVIDUARE COLLEGAMENTI E RELAZIONI</b> - individuare e rappresentare, elaborando argomentazioni coerenti, collegamenti e relazioni tra fenomeni, eventi e concetti diversi, anche appartenenti a diversi ambiti disciplinari, e lontani nello spazio e nel tempo, cogliendone la natura sistemica, individuando analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause ed effetti e la loro natura probabilistica.	Individuare e rappresentare, collegamenti e relazioni tra comportamenti motorio-sportivi e fenomeni e concetti tecnico-scientifici appresi.
<b>ACQUISIRE ED INTERPRETARE L'INFORMAZIONE</b> - acquisire ed interpretare criticamente l'informazione ricevuta nei diversi ambiti ed attraverso diversi strumenti comunicativi, valutandone l'attendibilità e l'utilità, distinguendo fatti e opinioni.	Acquisire, interpretare, comparare e valutare gli scopi delle diverse tecniche di allenamento, individuandone l'efficacia rispetto alle proprie caratteristiche individuali.

## SEZIONE 2

<b>RISULTATI DI APPRENDIMENTO DELLA DISCIPLINA:</b>	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
<b>INDIRIZZO</b>	I.T.T. – ITIS- LICEO SCIENTIFICO- LICEO LINGUISTICO

## SECONDO BIENNIO

Individuazione delle competenze, delle abilità e delle conoscenze (saperi essenziali) disarticolate per annualità in relazione:

- all'identità dell'istituto
- alla caratterizzazione dell'indirizzo
- alle caratteristiche dell'utenza
- ai progetti/attività/iniziative continuative che valorizzano la disciplina nell'ambito dell'indirizzo e/o dell'Istituto

In riferimento alle:

LINEE GUIDA (PER GLI ISTITUTI TECNICI)

INDICAZIONI NAZIONALI (PER I LICEI)

## TERZO ANNO

### COMPETENZE

(IN RELAZIONE ALLE LINEE GUIDA E/O INDICAZIONI NAZIONALI)

1. Lo studente ha acquisito la consapevolezza della propria corporeità intesa come conoscenza e rispetto del proprio corpo;
2. Lo studente ha consolidato i valori sociali dello sport e ha acquisito una buona preparazione motoria;
3. Lo studente ha colto le implicazioni e i benefici derivanti dalla pratica di varie attività fisiche svolte nei diversi ambienti;
4. Lo studente è in grado di analizzare la propria e l'altrui prestazione, identificandone aspetti positivi e negativi;
5. Lo studente è consapevole che il corpo comunica attraverso un linguaggio specifico e sa padroneggiare ed interpretare i messaggi, volontari ed involontari, che esso trasmette.

<b>AMBITI ATTIVITA'</b> (in relazione alle I.N. e L.G.)	<b>ABILITA'</b> (individuate come necessarie da acquisire al termine del secondo anno in questa disciplina)	<b>CONOSCENZE</b> (individuate come necessarie da acquisire al termine del secondo anno in questa disciplina)	<b>ESEMPI DI COMPITI</b>
<i>Percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive</i>	Realizza schemi motori complessi, ampliando progressivamente le capacità coordinative e condizionali  Se guidato, utilizza alcune metodiche di allenamento con sufficiente consapevolezza	Conosce le principali metodiche di allenamento; conosce i principali meccanismi bio-energetici e le tecniche di incremento delle capacità condizionali	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Percorsi e circuit training in varie forme.</li> <li>• Allenamento in serie e ripetute, a tempo ecc.</li> <li>• Test scritto sulle conoscenze teoriche.</li> </ul>
<i>Lo sport, le regole il fair play</i>  SPORT DI SQUADRA	Esegue con correttezza tecnica i fondamentali <b>individuali</b> e di <b>attacco</b> di almeno 2 sport di squadra. Utilizza con sufficiente correttezza i fondamentali in semplici schemi e situazioni strategico-tattiche di gioco. Gestisce l'arbitraggio di partite. Applica le regole base del fair play nel gioco sportivo proposto	Conosce e descrive le tecniche e gli schemi di gioco degli sport proposti  Conosce le regole di arbitraggio degli sport proposti	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esercizi analitici sui fondamentali</li> <li>• Percorsi e circuiti con l'utilizzo dei fondamentali</li> <li>• Tecnica e semplice tattica di gioco</li> <li>• Arbitraggio di situazioni di gioco</li> </ul>
<i>Lo sport, le regole il fair play</i>  SPORT INDIVIDUALI	Esegue correttamente almeno due tecniche tra quelle proposte ( <i>salti, corse, lanci, volteggi progressioni, stili, ecc.</i> ) Sa gestire lo sforzo e le proprie capacità motorie nella fase di performance Sa riconoscere la propria prestazione e l'incremento ottenuto Rispetta le regole di esecuzione della tecnica	Conosce e descrive le tecniche delle specialità proposte  Conosce le regole delle tecniche proposte	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esercizi analitici sulle tecniche apprese (salti, corse, lanci, volteggi progressioni, stili, ecc.)</li> <li>• Percorsi e circuiti con l'utilizzo delle tecniche</li> <li>• Misurazione della prestazione e dell'incremento individuale</li> </ul>

<b>AMBITI ATTIVITA'</b> <i>(in relazione alle I.N. e L.G.)</i>	<b>ABILITA'</b> <i>(individuare come necessarie da acquisire al termine del secondo anno in questa disciplina)</i>	<b>CONOSCENZE</b> <i>(individuare come necessarie da acquisire al termine del secondo anno in questa disciplina)</i>	<b>ESEMPI DI COMPITI</b>
<i>Salute, benessere, sicurezza e prevenzione</i>	<p>Se guidato, applica comportamenti idonei a prevenire infortuni nelle diverse attività.</p> <p>Se guidato, sa eseguire correttamente tecniche di condizionamento per l'avvio e la conclusione delle attività (riscaldamento, stretching, defaticamento ecc)</p> <p>Se guidato, di fronte a un trauma sportivo sa intervenire con semplici tecniche di primo intervento</p> <p>Sa applicare in semplici contesti metodi di allenamento utilizzando schede guida</p>	<p>Conosce i principali traumi sportivi e le tecniche di primo intervento</p> <p>Conosce le principali metodiche di allenamento e i contesti in cui applicarle</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Semplici compiti di assistenza reciproca</li> <li>• Conduzione di un riscaldamento di gruppo</li> <li>• Conduzione della fase di defaticamento o di attività di stretching</li> <li>• Verifica teorica sulle conoscenze proposte</li> </ul>
<i>Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico</i>	<p>Si muove con discreta disinvoltura in contesti non strutturati e inusuali</p> <p>Pratica almeno una tecnica sportiva in ambiente naturale</p> <p>Registra i risultati delle proprie performances utilizzando strumenti informatici</p>	<p>Conosce le tecniche base della pratica sportiva in ambiente naturale</p> <p>Conosce i benefici della pratica motoria in ambiente naturale</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esecuzione tecnica di uno sport o attività in ambiente naturale</li> <li>• Misurazione della prestazione (tempo, misura ecc)</li> <li>• Verifica teorica sulle conoscenze proposte</li> </ul>

Le abilità e le conoscenze ritenute imprescindibili al termine del primo anno saranno elemento base per la costruzione delle prove comuni.

Le prove di verifica terranno conto di:

- aspetti quantitativi oggettivati da tabelle di riferimento comuni al dipartimento;
- aspetti qualitativi legati all'esecuzione tecnica e al miglioramento individuale rispetto al livello di partenza.

**QUARTO ANNO****COMPETENZE**

(IN RELAZIONE ALLE LINEE GUIDA E/O INDICAZIONI NAZIONALI)

1. Lo studente ha acquisito la consapevolezza della propria corporeità intesa come conoscenza e rispetto del proprio corpo;
2. Lo studente 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;
3. Lo studente ha colto le implicazioni e i benefici derivanti dalla pratica di varie attività fisiche svolte nei diversi ambienti;
4. Lo studente sa agire in maniera responsabile, riconoscendo le cause dei propri errori;
5. Lo studente è in grado di analizzare la propria e l'altrui prestazione, identificandone aspetti positivi e negativi;
6. Lo studente sarà consapevole che il corpo comunica attraverso un linguaggio specifico e sa interpretare i messaggi, volontari ed involontari, che esso trasmette.

<b>AMBITI ATTIVITA'</b> (in relazione alle I.N. e L.G.)	<b>ABILITA'</b> (individuare come necessarie da acquisire al termine del secondo anno in questa disciplina)	<b>CONOSCENZE</b> (individuare come necessarie da acquisire al termine del secondo anno in questa disciplina)	<b>ESEMPI DI COMPITI</b>
<i>Percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive</i>	Realizza schemi motori complessi, ampliando le capacità coordinative e condizionali  Utilizza le metodiche di allenamento con consapevolezza e sufficiente autonomia.	Conosce le principali metodiche di allenamento.  Conosce l'apparato locomotore e il suo funzionamento nella fase di allenamento	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Percorsi e circuit training in varie forme.</li> <li>• Allenamento in serie e ripetute, a tempo ecc.</li> <li>• Test scritto sulle conoscenze teoriche.</li> </ul>
<i>Lo sport, le regole il fair play</i>  <i>SPORT DI SQUADRA</i>	Esegue con correttezza tecnica i fondamentali individuali e di attacco di almeno 2 sport di squadra. Utilizza correttamente i fondamentali anche applicando schemi di gioco e assumendo ruoli definiti. Gestisce l'arbitraggio di partite Applica le regole base del fair play nel gioco sportivo proposto	Conosce e descrive le tecniche e gli schemi di gioco degli sport proposti  Conosce le regole di arbitraggio degli sport proposti	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esercizi analitici sui fondamentali</li> <li>• Percorsi e circuiti con l'utilizzo dei fondamentali</li> <li>• Tecnica e semplice tattica di gioco</li> <li>• Arbitraggio di situazioni di gioco</li> </ul>

<b>AMBITI ATTIVITA'</b> <i>(in relazione alle I.N. e L.G.)</i>	<b>ABILITA'</b> <i>(individuare come necessarie da acquisire al termine del secondo anno in questa disciplina)</i>	<b>CONOSCENZE</b> <i>(individuare come necessarie da acquisire al termine del secondo anno in questa disciplina)</i>	<b>ESEMPI DI COMPITI</b>
<i>Lo sport, le regole il fair play</i>  <b>SPORT INDIVIDUALI</b>	Esegue correttamente almeno due tecniche tra quelle proposte (salti, corse, lanci, volteggi progressioni, stili, ecc.) Sa gestire lo sforzo e le proprie capacità motorie nella fase di performance Riconosce la propria prestazione, l'incremento ottenuto e le potenzialità in atto.  Rispetta le regole di esecuzione della tecnica	Conosce e descrive le tecniche delle specialità proposte  Conosce le regole delle tecniche proposte	<ul style="list-style-type: none"> <li>Esercizi analitici sulle tecniche apprese (salti, corse, lanci, volteggi progressioni, stili, ecc.)</li> <li>Percorsi e circuiti con l'utilizzo delle tecniche</li> <li>Misurazione della prestazione e dell'incremento individuale</li> </ul>
<i>Salute, benessere, sicurezza e prevenzione</i>	Applica comportamenti idonei a prevenire infortuni nelle diverse attività.  Sa eseguire correttamente tecniche di condizionamento per l'avvio e la conclusione delle attività (riscaldamento, stretching, defaticamento ecc)  Di fronte a un trauma sportivo sa intervenire con semplici tecniche di primo intervento  Sa applicare in semplici contesti metodi di allenamento utilizzando schede guida	Conosce i principali traumi sportivi e le tecniche di primo intervento  Conosce le principali metodiche di allenamento e i contesti in cui applicarle	<ul style="list-style-type: none"> <li>Semplici compiti di assistenza reciproca</li> <li>Conduzione di un riscaldamento di gruppo</li> <li>Conduzione della fase di defaticamento o di attività di stretching</li> <li>Verifica teorica sulle conoscenze proposte</li> </ul>
<i>Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico</i>	Si muove con discreta disinvoltura in contesti non strutturati e inusuali Pratica almeno una tecnica sportiva in ambiente naturale Registra i risultati delle proprie performances utilizzando strumenti informatici.	Conosce le tecniche base della pratica sportiva in ambiente naturale  Conosce i benefici della pratica motoria in ambiente naturale	<ul style="list-style-type: none"> <li>Esecuzione tecnica di uno sport o attività in ambiente naturale</li> <li>Misurazione della prestazione (tempo, misura ecc)</li> <li>Verifica teorica sulle conoscenze proposte</li> </ul>

Le abilità e le conoscenze ritenute imprescindibili al termine del primo anno saranno elemento base per la costruzione delle prove comuni.

Le prove di verifica terranno conto di:

- aspetti quantitativi oggettivati da tabelle di riferimento comuni al dipartimento;
- aspetti qualitativi legati all'esecuzione tecnica e al miglioramento individuale rispetto al livello di partenza.

**SEZIONE 3  
AMBITO MULTIDISCIPLINARE**

**SEZIONE 2**

<b>RISULTATI DI APPRENDIMENTO DELLA DISCIPLINA:</b>	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE (dall' a.s. 2014-15)
<b>INDIRIZZO</b>	I.T.T. – ITIS- LICEO SCIENTIFICO- LICEO LINGUISTICO (dall' a.s. 2014-15)

**QUINTO ANNO**

(dall' a.s. 2014-15)

Individuazione delle competenze, delle abilità e delle conoscenze (saperi essenziali) disarticolate per annualità in relazione:

- all'identità dell'istituto
- alla caratterizzazione dell'indirizzo
- alle caratteristiche dell'utenza
- ai progetti/attività/iniziativae continuative che valorizzano la disciplina nell'ambito dell'indirizzo e/o dell'Istituto

In riferimento alle:

LINEE GUIDA (PER GLI ISTITUTI TECNICI)

INDICAZIONI NAZIONALI (PER I LICEI)

**QUINTO ANNO****COMPETENZE**

(IN RELAZIONE ALLE LINEE GUIDA E/O INDICAZIONI NAZIONALI)

1. Lo studente ha acquisito la consapevolezza della propria corporeità intesa come conoscenza, padronanza e rispetto del proprio corpo;
2. Lo studente 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;
3. Lo studente ha colto le implicazioni e i benefici derivanti dalla pratica di varie attività fisiche svolte nei diversi ambienti;
4. Lo studente sa agire in maniera responsabile, riconoscendo le cause dei propri errori e mettendo a punto adeguate procedure di correzione;
5. Lo studente è in grado di analizzare la propria e l'altrui prestazione, identificandone aspetti positivi e negativi;
6. 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;
7. Lo studente è consapevole e capace di organizzare autonomamente un proprio piano di sviluppo/mantenimento fisico e di tenere sotto controllo la propria postura.

<b>AMBITI ATTIVITA'</b> (in relazione alle I.N. e L.G.)	<b>ABILITA'</b> (individuate come necessarie da acquisire al termine del secondo anno in questa disciplina)	<b>CONOSCENZE</b> (individuate come necessarie da acquisire al termine del secondo anno in questa disciplina)	<b>ESEMPI DI COMPITI EVIDENZE</b>
<i>Percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive</i>	Realizza schemi motori complessi, ampliando al massimo consentito le capacità coordinative e condizionali  Utilizza le metodiche di allenamento con consapevolezza e autonomia.  E' consapevole dei benefici generati da percorsi di preparazione fisica specifici.  Sa osservare e interpretare fenomeni connessi all'attività motoria e sportiva proposta nell'attuale contesto socio- culturale	Conosce l'apparato locomotore e il suo funzionamento nella fase di allenamento.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Percorsi e circuit training in varie forme.</li> <li>• Allenamento in serie e ripetute, a tempo ecc.</li> <li>• Metodi e tecniche di fitness</li> <li>• Test scritto sulle conoscenze teoriche.</li> </ul>
<i>Lo sport, le regole il fair play</i>  <b>SPORT DI SQUADRA</b>	Applica le strategie tecnico-tattiche dei giochi sportivi appresi nel corso del quinquennio.  Gestisce l'arbitraggio di partite  Svolge ruoli di direzione dell'attività sportiva	Conosce e descrive le tecniche e gli schemi di gioco degli sport proposti  Conosce le regole di arbitraggio degli sport proposti	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tecnica e tattica di gioco</li> <li>• Arbitraggio di situazioni di gioco</li> <li>• Progettazione e gestione tornei, manifestazioni ecc.</li> </ul>

<b>AMBITI ATTIVITA'</b> <i>(in relazione alle I.N. e L.G.)</i>	<b>ABILITA'</b> <i>(individuate come necessarie da acquisire al termine del secondo anno in questa disciplina)</i>	<b>CONOSCENZE</b> <i>(individuate come necessarie da acquisire al termine del secondo anno in questa disciplina)</i>	<b>ESEMPI DI COMPITI</b>
<i>Lo sport, le regole il fair play</i>  <i>SPORT INDIVIDUALI</i>	<p>Individua le specialità più idonee alle proprie caratteristiche individuali e le approfondisce.</p> <p>Riconosce la propria prestazione, l'incremento ottenuto e le potenzialità in atto.</p>	<p>Conosce e descrive le tecniche delle specialità proposte</p> <p>Conosce le regole delle tecniche proposte</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Allenamento personalizzato su tecniche diverse.</li> <li>• Misurazione della prestazione e dell'incremento individuale.</li> </ul>
<i>Salute, benessere, sicurezza e prevenzione</i>	<p>Applica stili di vita e comportamenti attivi nei confronti della propria salute.</p> <p>Sa eseguire correttamente tecniche di condizionamento per l'avvio e la conclusione delle attività (riscaldamento, stretching, defaticamento ecc)</p> <p>Di fronte a un trauma sportivo sa intervenire con semplici tecniche di primo intervento</p>	<p>Conosce i principi della corretta alimentazione e del suo utilizzo nell'attività fisica e negli sport agonistici</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Semplici compiti di assistenza reciproca</li> <li>• Conduzione di un riscaldamento di gruppo</li> <li>• Conduzione della fase di defaticamento o di attività di stretching</li> <li>• Verifica teorica sulle conoscenze proposte</li> </ul>
<i>Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico</i>	<p>Si muove con disinvoltura in contesti non strutturati e inusuali</p> <p>Individua la pratica sportiva in ambiente naturale più idonea alle proprie caratteristiche individuali e la approfondisce.</p> <p>Registra i risultati delle proprie performances utilizzando strumenti informatici.</p>	<p>Conosce le tecniche base della pratica sportiva in ambiente naturale</p> <p>Conosce i benefici della pratica motoria in ambiente naturale</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esecuzione tecnica di uno sport o attività in ambiente naturale</li> <li>• Misurazione della prestazione (tempo, misura ecc)</li> <li>• Verifica teorica sulle conoscenze proposte</li> </ul>

Le abilità e le conoscenze ritenute imprescindibili al termine del primo anno saranno elemento base per la costruzione delle prove comuni.

Le prove di verifica terranno conto di:

- aspetti quantitativi oggettivati da tabelle di riferimento comuni al dipartimento;
- aspetti qualitativi legati all'esecuzione tecnica e al miglioramento individuale rispetto al livello di partenza.

**SEZIONE 3**

**AMBITO MULTIDISCIPLINARE**

**SECONDO BIENNIO – QUINTO ANNO**

**COMPETENZE TRASVERSALI MOBILITATE DA TUTTE LE DISCIPLINE DI DIPARTIMENTO**

(IN RELAZIONE ALLE COMPETENZE CHIAVE EUROPEE)

<b>Competenze chiave europee per l'apprendimento permanente</b>	<b>Contributo della disciplina</b>
Comunicazione nella madrelingua	Utilizzare il linguaggio specifico della disciplina in modo costante e corretto.
Comunicazione nelle lingue straniere	Utilizzare il linguaggio specifico della disciplina anche in lingua straniera. Approfondire tematiche inerenti lo sport, il benessere e la prevenzione in lingua straniera.
Competenza matematica e competenze di base in scienza e tecnologia	Utilizzare le conoscenze e abilità scientifiche, matematiche e tecnologiche in contesti pratici, tecnici e sportivi.
Competenza digitale	Utilizzare le conoscenze e le abilità tecnologiche e digitali per la misurazione delle performances e per la valutazione degli incrementi individuali.
Imparare ad imparare	Organizzare il proprio apprendimento individuando le strategie più idonee al compito e le metodologie di rinforzo più adatte.
Competenze sociali e civiche	Interagire con il gruppo, valorizzando le proprie e altrui capacità, gestendo le conflittualità e contribuendo al raggiungimento di un obiettivo comune.
Spirito di iniziativa e imprenditorialità	Organizzare semplici eventi, progettare in gruppo attività creative individuando obiettivo, mezzi, strumenti, tempi e spazi a disposizione.
Consapevolezza ed espressione culturale	Identificare le attività con contesti specifici; valorizzare il territorio e le opportunità motorio-sportive che esso offre.