



PIANO DI LAVORO ANNUALE A.S. 2023/24

DOCENTE	Amprimo Eric
INDIRIZZO di STUDI	Liceo Scientifico quinquennale
CLASSE	2AL
DISCIPLINA	Scienze motorie e sportive negli istituti secondari di 2° grado
N° ORE sett.li	2
LIBRO DI TESTO	Scienze motorie- Graffio editore

FONTI NORMATIVE

➤ Indicazioni Nazionali

ISTITUTI PROFESSIONALI (Decreto Legislativo 61 del 13 aprile 2017)

ISTITUTI TECNICI D.P.R. 15 marzo 2010, articolo 8, comma 3)

LICEO SCIENTIFICO OPZIONE SCIENZE APPLICATE (Indicazioni naz . obiettivi specifici di apprendimento)

- DM n. 9 del 27/01/2010 sulla certificazione delle competenze (classi I e II)
- Dipartimento disciplinare in merito agli assi di apprendimento, agli obiettivi minimi, alle metodologie e alle modalità di verifica dell'apprendimento
- PTOF
- Patto di corresponsabilità
- Piano Annuale Inclusività (Direttiva 27 dicembre 2012 e C.M. n. 8/2013)

COMPETENZE CHIAVE PER L'APPRENDIMENTO PERMANENTE

QUADRO DI RIFERIMENTO EUROPEO

2006	2018
1) comunicazione nella madrelingua	1) competenza alfabetica funzionale
2) comunicazione nelle lingue straniere	2) competenza multilinguistica
3) competenza matematica e competenze di base in scienza e tecnologia	3) competenza matematica e competenza in scienze, tecnologie e ingegneria
4) competenza digitale	4) competenza digitale
5) imparare a imparare	5) competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare
6) competenze sociali e civiche	6) competenza in materia di cittadinanza
7) spirito di iniziativa e imprenditorialità	7) competenza imprenditoriale
8) consapevolezza ed espressione culturale	8) competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali

1. Finalità generali della disciplina in coerenza con LE COMPETENZE CHIAVE PER L'APPRENDIMENTO PERMANENTE 2018

La disciplina si propone di fornire agli studenti gli strumenti per:

COMPETENZA ALFABETICA FUNZIONALE → Gli studenti dovrebbero possedere l'abilità di comunicare in forma orale e scritta in una diversa serie di situazioni, anche considerando l'ambito sportivo, come ad esempio la capacità di adattare la propria comunicazione alle persone e al luogo in cui si trovano (palestra, campo sportivo...). E di adattare la propria comunicazione in funzione della situazione.

COMPETENZA MATEMATICA E COMPETENZE IN SCIENZE, TECNOLOGIA E INGEGNERIA →

Gli studenti dovrebbero comprendere l'importanza di avere un atteggiamento di valutazione critica e curiosità, l'interesse per le questioni etiche e l'attenzione sia alla sicurezza sia alla sostenibilità ambientale, in particolare per quanto concerne il progresso scientifico e tecnologico in relazione all'individuo, alla famiglia, alla comunità e alle questioni di dimensione globale.

COMPETENZA PERSONALE SOCIALE E CAPACITA' DI IMPARARE AD IMPARARE → Per il successo delle relazioni interpersonali e della partecipazione alla società è essenziale comprendere i codici di comportamento e le norme di comunicazione generalmente accettati in ambienti e società diversi. La competenza personale, sociale e la capacità di imparare a imparare richiede inoltre la conoscenza degli elementi che compongono una mente, un corpo e uno stile di vita salutari.

Inoltre tale competenza si basa su un atteggiamento positivo verso il proprio benessere personale, sociale e fisico e verso l'apprendimento per tutta la vita. Si basa su un atteggiamento improntato a collaborazione, assertività e integrità, che comprende il rispetto della diversità degli altri e delle loro esigenze, e la disponibilità sia a superare i pregiudizi, sia a raggiungere compromessi. Le persone dovrebbero essere in grado di individuare e fissare obiettivi, di automotivarsi e di sviluppare resilienza e fiducia per perseguire e conseguire l'obiettivo di apprendere lungo tutto il corso della loro vita. Un atteggiamento improntato ad affrontare i problemi per risolverli è utile sia per il processo di apprendimento sia per la capacità di gestire gli ostacoli e i cambiamenti.

COMPETENZA IN MATERIA DI CITTADINANZA → Il rispetto dei diritti umani, base della democrazia, è il presupposto di un atteggiamento responsabile e costruttivo. La partecipazione costruttiva presuppone la disponibilità a partecipare a un processo decisionale democratico a tutti i livelli e alle attività civiche. Comprende il sostegno della diversità sociale e culturale, della parità di genere e della coesione sociale, di stili di vita sostenibili, della promozione di una cultura di pace e non violenza, nonché della disponibilità a rispettare la privacy degli altri e a essere responsabili in campo ambientale. L'interesse per gli sviluppi politici e socioeconomici, per le discipline umanistiche e per la comunicazione interculturale è indispensabile per la disponibilità sia a superare i pregiudizi sia a raggiungere compromessi ove necessario e a garantire giustizia ed equità sociali.

COMPETENZA IMPRENDITORIALE → Un atteggiamento imprenditoriale è caratterizzato da spirito d'iniziativa e autoconsapevolezza, proattività, lungimiranza, coraggio e perseveranza nel raggiungimento degli obiettivi. Comprende il desiderio di motivare gli altri e la capacità di valorizzare le loro idee, di provare empatia e di prendersi cura delle persone e del mondo, e di saper accettare la responsabilità applicando approcci etici in ogni momento.

FONTE RILEVAZIONE DATI

- questionari conoscitivi
 - prove d'ingresso
 - **osservazione diretta in situazione**
 - colloqui con gli alunni
 - colloqui con le famiglie
 - colloqui con gli insegnanti della scuola secondaria di I grado
 - esame della documentazione didattica- educativa anni scolastici precedenti
-

2. COMPETENZE

COMPETENZE D'AREA

COMPETENZE TRASVERSALI DELL'AREA

COMPETENZE D'AREA

1. Prendere consapevolezza del proprio corpo nello spazio utilizzando i varilinguaggi del corpo
2. Sperimentare ed affinare i vari tipi di percezione e di comunicazione
3. Stimolare il consolidamento del carattere
4. Stimolare la motivazione e la ricerca del miglioramento personale rispetto al livello di partenza
5. Contribuire all'autostima e alla fiducia delle proprie capacità
6. Rielaborare gli schemi motori di base
7. Migliorare il potenziamento fisiologico
8. Conoscere ed applicare le tecniche dei principali sport individuali e di squadra
9. Verificare il miglioramento delle capacità cinestesiche
10. Verificare il proprio impegno personale
11. Accettare l'alternanza vittoria-sconfitta
12. Imparare a collaborare con i compagni per la realizzazione di un progetto comune

3. COMPETENZE D'AREA, CONTENUTI E TEMPI DI ATTUAZIONE

COMPETENZE

Saper essere

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. (dalle indicazioni Nazionali per i licei D.P.R 89/2010)

- **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. È 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

Importante: Il seguente programma suddiviso in unità di apprendimento potrà subire dei cambiamenti e rimodulazioni nei tempi e nei metodi a seconda della disponibilità del laboratorio, pertanto si riserva la possibilità di attuare delle modifiche in corso dell'anno scolastico anche in visione delle diverse caratteristiche ed esigenze del gruppo classe.

UDA UNITA' DI APPRENDIMENTO	ABILITA' Saper fare	CONOSCENZE Sapere	TEMPI DI REALIZZAZIONE
<i>Modulo 1: Perfezionamento Sport di squadra (Sport , regole fair play)</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Praticare con maggior padronanza i fondamentali degli sport di squadra (pallavolo , basket ma anche altri sport) • Mettere in atto tattiche di gioco più complesse nei vari giochi di squadra (pallavolo, basket, pallamano) • Praticare correttamente i diversi ruoli, anche cambiando nel corso di una partita • Assumersi responsabilità negli sport di squadra • Arbitrare negli sport di squadra 	<ul style="list-style-type: none"> • Le regole e i regolamenti dei principali sport praticati • Conoscere la terminologia specifica degli sport praticati • Le tattiche e le tecniche proprie dei vari sport 	<i>Settembre- ottobre (e successivi richiami durante l'anno)</i>
<i>Modulo 2: ampliamento delle capacità condizionali (La percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie)</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Praticare percorsi mediamente complessi di preparazione fisica • Svolgere attività fisiche attivando il sistema aerobico e anaerobico • Eseguire esercizi più complessi a carico naturale • Praticare sessioni di stretching per se stessi e i compagni 	<ul style="list-style-type: none"> • Cenni di anatomia degli apparati cardiocircolatorio e respiratorio • Approfondimento dell' anatomia muscolo scheletrica • Schemi motori complessi • Lo stretching e le sue applicazioni • Approfondire la conoscenza delle capacità condizionali (forza, velocità resistenza...) 	Novembre – dicembre (e successivi richiami durante l'anno)
<i>Modulo 3:Ampliamento delle Capacità coordinative (La percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie)</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Combinare più movimenti • Mantenere l'equilibrio anche in situazioni nuove • Adattarsi alle diverse situazioni anche nei giochi di squadra • Saper svolgere diversi movimenti differenziandoli con i due emisferi del corpo 	<ul style="list-style-type: none"> • Approfondire la conoscenza delle differenti capacità coordinative (ritmo, equilibrio, orientamento spazio temporale, differenziazione, combinazione motoria...) 	<i>Gennaio-Febbraio (e successivi richiami durante l'anno)</i>
<i>Modulo 4: Approfondimento degli Sport individuali (Sport, regole e fair play)</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Praticare le principali discipline dell'atletica leggera in maniera approfondita • Praticare movimenti più complessi della ginnastica artistica (<ul style="list-style-type: none"> • Le caratteristiche delle discipline dell'atletica leggera (approfondimento degli strumenti e dei regolamenti) • Approfondimento delle discipline della ginnastica 	<i>Marzo(e successivi richiami durante l'anno)</i>

	verticale sui tre appoggi rotolamenti , utilizzare la spalliera) <ul style="list-style-type: none"> • Elementi di preacrobatica 	artistica	
<i>Modulo 5: Salute benessere sicurezza e prevenzione</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Riconoscere le proprietà dei vari macro nutrienti e di come questi siano implicati nella pratica sportiva • Mettere in atto le strategie corrette in caso di infortunio • Riconoscere le differenze dei vari tipi di sostanze dopanti usati nella pratica sportiva 	<ul style="list-style-type: none"> • Cenni di alimentazione in ambito sportivo (per sport di forza, sport di resistenza ecc) • Cenni di primo soccorso • Il doping, rischi per la salute e le sue ripercussioni sulla pratica sportiva 	<i>Aprile- maggio</i>
<i>Modulo 6: Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Praticare diverse attività motorie e sportive in ambiente naturale 	<ul style="list-style-type: none"> • I vari sport in ambiente naturale 	Varie uscite sul territorio durante l'anno

5.STRUMENTI

(Barrare le voci che interessano e aggiungerne altre se necessario)

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ■ Libri di testo e dizionari ■ Computer e videoproiettore ■ LIM <input type="checkbox"/> Laboratorio di fisica e scienze <input type="checkbox"/> Laboratorio di disegno <input type="checkbox"/> E Book ■ Piattaforma G SUITE - MEET | <ul style="list-style-type: none"> ■ Fotocopie ■ Lavagna <input type="checkbox"/> Laboratorio informatico <input type="checkbox"/> Sussidi audiovisivi <input type="checkbox"/> ALTRO ■ Eventuale Materiale fornito dal docente |
|---|---|

6. VERIFICA E PROVE DI VALUTAZIONE

Impostazione generale:

- numero delle prove scritte/orali/pratiche almeno 3 nel I quadrimestre
- numero delle prove scritte/orali/pratiche almeno 3 nel II quadrimestre
 - comunicazione esito delle prove entro 5 gg dall'effettuazione
 - per i test motori l'esito delle prove verrà comunicato quando tutti gli alunni avranno sostenuto la prova

7. TIPOLOGIE PROVE DI VERIFICA

(Barrare le voci che interessano e aggiungerne altre se necessario – SPECIFICARE SE IN PRESENZA oppure in DAD)

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ■ Interrogazione individuale ■ Prove strutturate a risposta chiusa (cloze-test, scelta multipla, vero/falso) <input type="checkbox"/> Temi e relazioni <input type="checkbox"/> Lettura e analisi di cartine e immagini <input type="checkbox"/> Relazione di attività laboratoriale <input type="checkbox"/> Compito di Realtà <input type="checkbox"/> Lavoro di gruppo ■ Esercizi e test motori | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Conversazione con la classe ■ Questionari a risposta aperta <input type="checkbox"/> Esercizi applicativi di regole <input type="checkbox"/> Analisi di manufatti e materiali <input type="checkbox"/> Realizzazione di grafici e disegni <input type="checkbox"/> Simulazione attività professionale ■ Prestazioni in gare sportive |
|---|---|

altro:

Prima della somministrazione della prova, dovrà essere comunicata agli alunni la relativa griglia di valutazione.

Specificazione della griglia di correzione (eventualmente ripetibile per diversi tipi di prove)

2	<ul style="list-style-type: none">- l'allievo quasi mai rispetta gli impegni, si distrae in classe- ha conoscenze frammentarie e superficiali e commette errori nell'esecuzione di compiti semplici- applica le sue conoscenze commettendo gravi errori- commette errori che oscurano il significato del discorso <p>LIVELLO 1 BASSO</p>
3	<ul style="list-style-type: none">- l'allievo quasi mai rispetta gli impegni, si distrae in classe- ha conoscenze frammentarie e superficiali e commette errori nell'esecuzione di compiti semplici- applica le sue conoscenze commettendo gravi errori- commette errori che oscurano il significato del discorso <p>LIVELLO 1 BASSO</p>
4	<ul style="list-style-type: none">- l'allievo non rispetta sempre gli impegni, talvolta si distrae- ha conoscenze non approfondite e commette errori nella comprensione- commette errori sia nell'applicazione sia nell'analisi- usa poco frequentemente il linguaggio appropriato <p>LIVELLO 2 MEDIO-BASSO</p>
5	<ul style="list-style-type: none">- l'allievo non rispetta sempre gli impegni, talvolta si distrae- ha conoscenze non approfondite e commette errori nella comprensione- commette errori sia nell'applicazione sia nell'analisi- usa poco frequentemente il linguaggio appropriato <p>LIVELLO 2 MEDIO-BASSO</p>
6	<ul style="list-style-type: none">- normalmente l'allievo assolve agli impegni e partecipa alle lezioni- ha conoscenze non molto approfondite, ma non commette errori nell'esecuzione di compiti semplici- è in grado di effettuare analisi parziali con qualche errore- è impreciso nell'effettuare sintesi- possiede una terminologia accettabile pur con un'esposizione poco Fluente <p>LIVELLO 3 MEDIO</p>
7	<ul style="list-style-type: none">- l'allievo partecipa attivamente e fa fronte all'impegno con metodo proficuo- possiede conoscenze che gli consentono di non commettere errori nell'esecuzione dei compiti complessi- sa applicare e sa effettuare analisi anche se con qualche imprecisione- è autonomo nella sintesi, ma non approfondisce troppo- espone con discreta chiarezza e terminologia abbastanza appropriata <p>LIVELLO 4 MEDIO-ALTO</p>
8	<ul style="list-style-type: none">- l'allievo partecipa attivamente e fa fronte all'impegno con metodo proficuo- possiede conoscenze che gli consentono di non commettere errori nell'esecuzione dei compiti complessi- sa applicare e sa effettuare analisi anche se con qualche imprecisione- è autonomo nella sintesi, ma non approfondisce troppo- espone con discreta chiarezza e terminologia abbastanza appropriata <p>LIVELLO 4 MEDIO-ALTO</p>
9	<ul style="list-style-type: none">- l'allievo mostra impegno e partecipazione buoni arricchite con iniziative personali- possiede conoscenze complete ed approfondite- non commette errori né imprecisioni ed effettua analisi abbastanza approfondite <p>LIVELLO 5 ALTO</p>

- 10
- l'allievo mostra impegno e partecipazione buoni arricchite con iniziative personali
 - possiede conoscenze complete ed approfondite
 - non commette errori né imprecisioni ed effettua analisi abbastanza approfondite
- LIVELLO 5 ALTO

7.1 SPECIFICAZIONE DELLA GRIGLIA PER LA MATERIA SCIENZE MOTORIE (NELLE PROVE PRATICHE)

10	Svolge l'esercizio con fluidità, padronanza e si impegna per migliorarsi ulteriormente
9	Svolge l'esercizio con fluidità e padronanza, senza errori, o comunque trascurabili
8	Svolge l'esercizio con esecuzione fluida, sono presenti piccole inesattezze tecniche, seppur non di grave entità
7	Svolge l'esercizio con esecuzione sostanzialmente fluida, anche se sono presenti diverse inesattezze tecniche
6	Svolge l'esercizio anche se con esecuzione lacunosa, ma si impegna nel portare a termine la consegna e comprende la necessità di migliorarsi
5	Svolge l'esercizio senza impegno, e con esecuzione errata, non comprende la necessità di migliorarsi
4	Non svolge o non si presenta alla prova

■ Nella valutazione finale oltre che i risultati ottenuti nelle prove pratiche e scritte/orali verrà tenuto conto anche dell'impegno dimostrato dal ragazzo nel svolgere le attività, nel portare sempre il materiale per cambiarsi e infine del rispetto dell'ambiente palestra.

Specificazione dei tempi di erogazione delle prove

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
*	*	*	*	*	*	*	*	

Le verifiche scritte con valore sommativo vengono svolte indicativamente alla fine dei moduli proposti e comprendono un numero variabile di unità didattiche; possono essere proposte una o più verifiche formative sullo stesso modulo didattico.

8. MODALITA' DI RECUPERO

(Barrare le voci che interessano e aggiungerne altre se necessario SPECIFICARE SE IN PRESENZA oppure in DAD)

Esercizi applicativi di recupero delle carenze prima di ogni nuovo argomento

Attività di ripasso prima di ogni verifica scritta

■ Correzione in classe di ogni verifica scritta

■ Recupero in itinere per piccoli gruppi, durante lo svolgimento di attività di eccellenza e approfondimento per il resto della classe

Attività di sportello individualizzato

Corsi IDEI

9. ATTIVITÀ DI RECUPERO / POTENZIAMENTO

- Riproposizione delle attività motorie già svolte, sia per permettere di recuperare a chi non le ha svolte, sia per chi non aveva raggiunto la sufficienza

10. ATTIVITÀ COMPLEMENTARI E INTEGRATIVE

-Durante l'anno in base al livello raggiunto dalla classe potrebbero essere attività complementari, oltre alle uscite sul Territorio

11. ATTIVITÀ PER LO SVILUPPO E LA VALUTAZIONE DELLE COMPETENZE

- Attività in situazione reale, come la pratica di giochi di squadra e sport individuali

- Attività in situazione reale, creando collegamenti con le situazioni che si potrebbero manifestare nella vita di tutti i giorni

Susa, 24/10/2023

FIRMA
Amprimo Eric



VISTO del DIRIGENTE SCOLASTICO

“Competenze”: indicano la comprovata capacità di usare *conoscenze, abilità e capacità personali, sociali e 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*. (EQF)

¹ **“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 (uso del pensiero logico, intuitivo e creativo) e pratiche (che implicano l’abilità manuale e l’uso di metodi, materiali, strumenti). (EQF)

¹ **“Conoscenze”**: indicano il risultato dell’assimilazione di informazioni attraverso l’apprendimento. Le conoscenze sono l’insieme di fatti, principi, teorie e pratiche, relative a un settore di studio o di lavoro; le conoscenze sono descritte come teoriche e/pratiche. Le conoscenze non sono i contenuti. (EQF)