



# Istituto Istruzione Superiore Enzo Ferrari - SUS



## PIANO DI LAVORO ANNUALE A.S. 2023/24

DOCENTE	MARCEDULA Nunzio
INDIRIZZO di STUDI	AZIENDALE
CLASSE	5AZ
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

<b>COMPETENZE TRASVERSALI DELL'AREA</b>	<b>COMPETENZE D'AREA</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Prendere consapevolezza del proprio corpo nello spazio utilizzando i vari linguaggi del corpo</li><li>2. Sperimentare ed affinare i vari tipi di percezione e di comunicazione</li><li>3. Stimolare il consolidamento del carattere</li><li>4. Stimolare la motivazione e la ricerca del miglioramento personale rispetto al livello di partenza</li><li>5. Contribuire all'autostima e alla fiducia delle proprie capacità</li><li>6. Rielaborare gli schemi motori di base</li><li>7. Migliorare il potenziamento fisiologico</li><li>8. Conoscere ed applicare le tecniche dei principali sport individuali e di squadra</li><li>9. Verificare il miglioramento delle capacità cinestesiche</li><li>10. Verificare il proprio impegno personale</li><li>11. Accettare l'alternanza vittoria-sconfitta</li><li>12. Imparare a collaborare con i compagni per la realizzazione di un progetto comune</li></ol>
---	---

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

### COMPETENZE

#### *Saper essere*

La personalità dello studente potrà essere pienamente valorizzata attraverso l'ulteriore diversificazione delle attività, utili a scoprire ed orientare le attitudini personali nell'ottica del pieno sviluppo del potenziale di ciascun individuo. In tal modo le scienze motorie potranno far acquisire allo studente abilità molteplici, trasferibili in qualunque altro contesto di vita. Ciò porterà all'acquisizione di corretti stili comportamentali che abbiano radice nelle attività Ministero dell'istruzione, dell'università e della ricerca motorie sviluppate nell'arco del quinquennio in sinergia con l'educazione alla salute, all'affettività, all'ambiente e alla legalità. (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 sarà in grado di sviluppare un'attività motoria complessa, adeguata ad una completa maturazione personale. Avrà piena conoscenza e consapevolezza degli effetti positivi generati dai percorsi di preparazione fisica specifici. Saprà osservare e interpretare i fenomeni connessi al mondo dell'attività motoria e sportiva proposta nell'attuale contesto socioculturale, in una prospettiva di durata lungo tutto l'arco della vita.
- **Lo sport, le regole e il fair play** Lo studente conoscerà e applicherà le strategie tecnico-tattiche dei giochi sportivi; saprà affrontare il confronto agonistico con un'etica corretta, con rispetto delle regole e vero fair play. Saprà svolgere ruoli di direzione dell'attività sportiva, nonché organizzare e gestire eventi sportivi nel tempo scuola ed extra-scuola.
- **Salute, benessere, sicurezza e prevenzione** Lo studente assumerà stili di vita e comportamenti attivi nei confronti della propria salute intesa come fattore dinamico, conferendo il giusto valore all'attività fisica e sportiva, anche attraverso la conoscenza dei principi generali di una corretta alimentazione e di come essa è utilizzata nell'ambito dell'attività fisica e nei vari sport.
- **Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico** Lo studente saprà mettere in atto comportamenti responsabili nei confronti del comune patrimonio ambientale, tutelando lo stesso ed impegnandosi in attività ludiche e sportive in diversi ambiti, anche con l'utilizzo della strumentazione tecnologica e multimediale a ciò preposta.

**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.

<b>UDA UNITA' DI APPRENDIMENTO</b>	<b>ABILITA'</b> <i>Saper fare</i>	<b>CONOSCENZE</b> <i>Sapere</i>	<b>TEMPI DI REALIZZAZIONE</b>
<i>Modulo 1: Perfezionamento Sport di squadra (Sport , regole fair play)</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Padroneggiare i fondamentali degli sport di squadra (pallavolo , basket ma anche altri sport)</li> <li>• Mettere in atto tattiche di avanzate nei vari giochi di squadra (pallavolo, basket, pallamano)</li> <li>• Interpretare con continuità il ruolo a lui più affine all'interno dei vari giochi sportivi</li> <li>• Essere in grado di competere in maniera etica rispettando gli avversari</li> <li>• Saper valutare la prestazione in un determinato sport</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Approfondimento delle tattiche e le tecniche proprie dei vari sport</li> <li>• Conoscere le caratteristiche tecniche e tattiche proprie dei vari ruoli</li> <li>• Saper osservare una prestazione sportiva comprendendone i punti di forza e i punti critici</li> </ul>	<i>Settembre- ottobre ( e successivi richiami durante l'anno)</i>
<i>Modulo 2: Consolidamento delle capacità condizionali e coordinative / Sviluppo di un'attività motoria complessa (La percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie)</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Svolgere esercizi complessi, anche mediante l'utilizzo di metodologie avanzate ( isometrie, serie negative)</li> <li>• Correggere e analizzare l'esercizio fisico di un compagno</li> <li>• Svolgere esercizi allungamento e flessibilità muscolare di livello avanzato</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Approfondimento dei cenni della teoria dell'allenamento (concetto di Sovrallenamento, supercompensazione)</li> <li>• Didattica e cinesiologia degli esercizi (insegnare un esercizio ad un compagno)</li> <li>• Metodiche di allenamento avanzate nell'allenamento muscolare.</li> <li>• Le dinamiche posturali connesse alla muscolatura.( piede piatto,cavo, valgismo, varismo)</li> </ul>	Novembre – dicembre ( e successivi richiami durante l'anno)
<i>Modulo 3 tecniche espressive e comunicative, e linguaggi del corpo)</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Essere consapevole dei messaggi che il proprio corpo invia, anche senza l'utilizzo del linguaggio verbale</li> <li>• Essere in grado di decodificare il linguaggio del corpo di un interlocutore (anche in chiave di un colloquio di lavoro)</li> <li>• Essere in grado di avere un linguaggio del corpo adeguato alle diverse situazioni.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Approfondimento della conoscenza dei principali linguaggi del corpo e la loro importanza nella comunicazione</li> <li>• Potenziamento della conoscenza del linguaggio verbale, non verbale, paraverbale</li> </ul>	<i>Gennaio</i>

<p><i>Modulo 4 Salute, benessere, sicurezza e prevenzione</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Distinguere le differenze tra le varie tipologie di dieta, e come queste possano essere applicabili nel contesto sportivo</li> <li>• Essere in grado di distinguere le variabili connesse al dimagrimento</li> <li>• Essere in grado di mettere in atto comportamenti atti al mantenimento della salute, anche in maniera attiva</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere il concetto di salute secondo le linee guida OMS</li> <li>• Conoscere il concetto di metabolismo, metabolismo basale e fabbisogno energetico</li> <li>• Conoscere il concetto di termogenesi indotta dalla dieta</li> <li>• I vari tipi di dieta</li> <li>• Conoscere il concetto di dimagrimento</li> </ul>	<p><i>Febbraio-marzo( e successivi richiami durante l'anno)</i></p>
<p><i>Modulo 5: Lo sport e la sua valenza sociale e culturale</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Distinguere e conoscere i vari fenomeni sociali e culturali all'interno dell'ambito sportivo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere il concetto di razzismo all'interno dello sport.</li> <li>• Conoscere il collegamento tra gli estremismi politici e lo sport.</li> <li>• Conoscere il concetto di inclusione e disabilità</li> </ul>	<p><i>Aprile- maggio</i></p>
<p><i>Modulo 6: Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praticare diverse attività motorie e sportive in ambiente naturale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• I vari sport in ambiente naturale</li> </ul>	<p>Varie uscite sul territorio durante l'anno</p>

## 5.STRUMENTI

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

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

## 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 )

- |  |   |
|--|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Interrogazione individuale   | <input type="checkbox"/> Conversazione con la classe              |
| <input checked="" type="checkbox"/> Prove strutturate a risposta chiusa<br>(cloze-test, scelta multipla, vero/falso) | <input checked="" type="checkbox"/> Questionari a risposta aperta |
| <input type="checkbox"/> Temi e relazioni  | <input type="checkbox"/> Esercizi applicativi di regole           |
| <input type="checkbox"/> Lettura e analisi di cartine e immagini   | <input type="checkbox"/> Analisi di manufatti e materiali         |
| <input type="checkbox"/> Relazione di attività laboratoriale   | <input type="checkbox"/> Realizzazione di grafici e disegni       |
| <input type="checkbox"/> Compito di Realtà   | <input type="checkbox"/> Simulazione attività professionale       |
| <input type="checkbox"/> Lavoro di gruppo  | <input checked="" type="checkbox"/> Prestazioni in gare sportive  |
| <input checked="" type="checkbox"/> Esercizi e test motori   |   |
| <input type="checkbox"/> 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	- 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  LIVELLO 1 BASSO
3	- 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  LIVELLO 1 BASSO
4	- 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  LIVELLO 2 MEDIO-BASSO
5	- 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  LIVELLO 2 MEDIO-BASSO
6	- 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 LIVELLO 3 MEDIO
7	- 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 LIVELLO 4 MEDIO-ALTO
8	- 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 <b>LIVELLO 4 MEDIO-ALTO</b>
9	- 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 <b>LIVELLO 5 ALTO</b>
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 <b>LIVELLO 5 ALTO</b>

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

<b>10</b>	Svolge l'esercizio con fluidità, padronanza e si impegna per migliorarsi ulteriormente
<b>9</b>	Svolge l'esercizio con fluidità e padronanza, senza errori, o comunque trascurabili
<b>8</b>	Svolge l'esercizio con esecuzione fluida, sono presenti piccole inesattezze tecniche, seppur non di grave entità
<b>7</b>	Svolge l'esercizio con esecuzione sostanzialmente fluida, anche se sono presenti diverse inesattezze tecniche
<b>6</b>	Svolge l'esercizio anche se con esecuzione lacunosa, ma si impegna nel portare a termine la consegna e comprende la necessità di migliorarsi
<b>5</b>	Svolge l'esercizio senza impegno, e con esecuzione errata, non comprende la necessità di migliorarsi
<b>4</b>	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. MODALITÀ DI RECUPERO**

(Barrare le voci che interessano e aggiungere 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, 31/10/2023

*FIRMA*  
MARCEDULA Nunzio

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)

<sup>1</sup> “**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)

<sup>1</sup> “**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)