



# Programmazione Dipartimentale

Secondo biennio e quinto anno


## Dipartimento di SCIENZE MOTORIE e SPORTIVE

### **DISCIPLINA**

Scienze Motorie e Sportive

### **INDIRIZZI**

Liceo Scientifico – Liceo Scientifico Scienze Applicate  
Liceo Linguistico – Indirizzo Tecnico (AFM, SIA)

	<b>Istituto di Istruzione Superiore Vittorio Bachelet</b>	<b>PROGRAMMAZIONE DIPARTIMENTALE SECONDO BIENNIO QUINTO ANNO</b>	<b>MOD. 4.24</b>
			<b>REV. 0</b>
			Pagina 2 di 7

### NUMERO MINIMO DI VALUTAZIONI


<b>PRIMO PERIODO</b>	<b>2</b>
<b>SECONDO PERIODO</b>	<b>3</b>

### ASSI CULTURALI DI RIFERIMENTO

Asse dei linguaggi:	Padroneggiare gli strumenti espressivi non verbali, in particolare il linguaggio corporeo per gestire l'interazione comunicativa nei vari contesti
Asse matematico:	
Asse Scientifico - Tecnologico	Saper analizzare, descrivere i fenomeni fisiologici in varie situazioni ambientali in relazione alle attività motorie - sportive praticate
Asse Storico - Sociale:	Saper individuare e capire le relazioni tra storia, società e sport

### COMPETENZE TRASVERSALI SECONDO BIENNIO e ULTIMO ANNO

<b>Competenze chiave di cittadinanza</b>	<b>Contributo della disciplina</b>
Collaborare e partecipare	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vivere in modo equilibrato e corretto i momenti di competizione.</li> <li>• Esprimersi con interventi appropriati e costruttivi.</li> </ul>
Agire in modo autonomo e responsabile	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sapersi inserire in modo attivo e responsabile nel lavoro di gruppo</li> <li>• Esprimere in autonomia il proprio pensiero assumendosi le proprie responsabilità</li> </ul>
Comunicare	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunicare in modo efficace</li> <li>• Relazionarsi con gli altri all'interno di un gruppo dimostrandosi disponibili ad ascoltare e collaborare</li> </ul>
Risolvere problemi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sapersi adattare a situazioni imprevedibili o non convenzionali;</li> <li>• Saper affrontare problemi in situazioni non standardizzate, la cui soluzione è possibile, verificando e provando</li> </ul>
Acquisire ed interpretare l'informazione	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper decodificare e rielaborare rapidamente le informazioni e i gesti specifici.</li> <li>• Individuare i legami tra teoria e pratica.</li> </ul>
Progettare	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizzare le conoscenze apprese per effettuare progetti e verificarne i risultati, apportando le opportune modifiche.</li> </ul>
Individuare collegamenti e relazioni	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper individuare collegamenti, analogie e differenze tra le diverse discipline</li> <li>• Saper utilizzare dati ed informazioni provenienti da ambiti diversi per correlare cause ed effetti</li> </ul>
Imparare ad imparare	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Organizzare il proprio tempo di apprendimento, consolidando le conoscenze</li> </ul>

	<b>Istituto di Istruzione Superiore Vittorio Bachelet</b>	<b>PROGRAMMAZIONE DIPARTIMENTALE SECONDO BIENNIO QUINTO ANNO</b>	<b>MOD. 4.24</b>
			<b>REV. 0</b>
			Pagina 3 di 7

	ed elaborando nuove competenze
--	--------------------------------

*Gli obiettivi sono declinati per **singola classe del secondo biennio e del quinto anno**, riferiti all'asse culturale di riferimento (dei linguaggi, matematico, scientifico-tecnologico, storico-sociale) e articolati in Competenze, Abilità/Capacità, Conoscenze, come previsto dalla normativa sul nuovo obbligo di istruzione (L. 296/2006) e richiesto dalla certificazione delle competenze in uscita (PECUP).*

Per le descrizioni di indicatori e competenze si rimanda all'allegato 1

## **SECONDO BIENNIO OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO ATTESI**


Al termine del secondo biennio di studio lo studente dovrà essere in grado di:

- Conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità
- Saper applicare gli schemi motori e gestire le capacità in modo efficace
- Saper cooperare in gruppo utilizzando le proprie ed altrui attitudini e potenzialità
- Saper affrontare in modo responsabile attività motorie e sportive
- Saper utilizzare la terminologia specifica per esprimersi verbalmente in modo corretto ed appropriato
- Saper assumere vari ruoli all'interno del gruppo/squadre nel rispetto delle regole e del fair play
- Saper adottare comportamenti idonei a prevenire gli infortuni nel rispetto della propria e altrui incolumità
- Saper utilizzare corretti stili di vita per conseguire la salute e il benessere



### COMPETENZE, ABILITÀ, CONOSCENZE\_SECONDO BIENNIO

COMPETENZE DISCIPLINARI IMPLICATE/ COMPETENZE CHIAVE EUROPEE	ABILITA'	CONOSCENZE
<ul style="list-style-type: none"><li>Conoscere il proprio corpo e consolidare le diverse capacità motorie</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Saper utilizzare ed incrementare le proprie capacità coordinative e condizionali sviluppando abilità sempre più ampie</li><li>Saper elaborare schemi motori efficaci per affrontare i gesti tecnici delle varie discipline;</li><li>Saper valutare le proprie capacità e prestazioni confrontandole con le appropriate tabelle di riferimento</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Consolidare le conoscenze relative al proprio corpo ed alla sua funzionalità per raggiungere una più completa percezione di sé.</li><li>Conoscere gli elementi fondamentali delle attività sportive individuali e di squadra.</li><li>Conoscere le diverse capacità motorie (coordinative e condizionali)</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>Partecipare e contribuire in modo attivo alle diverse attività sportive praticate condividendo ed applicando le regole del fair play</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Saper applicare le proprie conoscenze motorie nel rispetto dei regolamenti.</li><li>Saper assumere ruoli diversi nelle specialità sportive;</li><li>saper affrontare il confronto agonistico con un'etica corretta e con fair-play.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Conoscere la regolamentazione dei giochi e delle discipline sportive praticate</li><li>Conoscere e riconoscere lo sport come veicolo di valorizzazione ed integrazione sociale</li><li>Conoscere gli elementi tecnico-tattici degli sport individuali e di squadra praticati</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>Adottare comportamenti idonei per il conseguimento del proprio benessere e per la prevenzione dagli infortuni</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Saper utilizzare il materiale tecnico in modo adeguato ed efficace</li><li>Saper adottare comportamenti idonei a prevenire infortuni nelle diverse attività, nel rispetto della propria ed altrui incolumità</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Conoscere le principali nozioni di primo soccorso</li><li>Conoscere i principali traumi</li><li>Conoscere le tecniche di assistenza attiva durante il lavoro individuale, a coppie e/o in gruppo</li><li>Conoscere le norme fondamentali per la tutela della salute e della prevenzione dagli infortuni.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>Sviluppare e consolidare il rapporto con l'ambiente naturale e tecnologico</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Muoversi in sicurezza in ambiente naturale</li><li>Saper utilizzare strumenti tecnologici di supporto alle scienze motorie e sportive</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Conoscere le possibili attività in ambiente naturale</li></ul>

	<b>Istituto di Istruzione Superiore Vittorio Bachelet</b>	<b>PROGRAMMAZIONE DIPARTIMENTALE SECONDO BIENNIO QUINTO ANNO</b>	<b>MOD. 4.24</b>
			<b>REV. 0</b>
			Pagina 5 di 7

**CLASSE ULTIMO ANNO  
OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO ATTESI**


Al termine del quinto anno lo studente dovrà essere in grado di:

- Saper padroneggiare il proprio corpo ed utilizzare gli schemi motori in modo efficace nei vari contesti sportivi riconoscendo i propri limiti e le potenzialità
- Saper esprimersi con un adeguato linguaggio verbale.
- Saper contribuire costruttivamente alla realizzazione di attività collettive nel rispetto della libertà e del pensiero altrui.
- Conoscere i giochi sportivi e le attività motorie affrontati , saperli svolgere utilizzando le corrette tecniche ed adottando le adeguate strategie tattiche, sempre nel rispetto delle regole del fair play
- Conoscere i contenuti teorici delle attività e sport affrontati
- Assumere stili di vita e comportamenti attivi nei confronti della propria salute
- Conoscere i principi di una sana alimentazione anche in relazione alle varie attività fisico sportive da svolgere
- Saper adottare comportamenti idonei a prevenire infortuni nelle diverse attività e nei diversi ambienti, nel rispetto della propria ed altrui incolumità
- Conoscere le principali norme di primo soccorso
- Saper svolgere attività motorie e sportive in vari ambienti naturali in modo responsabile utilizzando le proprie capacità e conoscenze nel rispetto del proprio corpo e della natura



**COMPETENZE, ABILITÀ, CONOSCENZE\_ULTIMO ANNO**

<b>COMPETENZE DISCIPLINARI IMPLICATE/COMPETENZE CHIAVE EUROPEE</b>	<b>ABILITA'</b>	<b>CONOSCENZE</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>Conoscere il proprio corpo e perfezionare le diverse capacità motorie</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Saper impiegare efficacemente le proprie capacità coordinative e condizionali, consolidando abilità apprese</li><li>Saper realizzare schemi motori efficaci ed efficienti per affrontare i gesti tecnici delle varie discipline;</li><li>Saper valutare le proprie capacità e prestazioni confrontandole con le appropriate tabelle di riferimento</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Perfezionare le conoscenze relative al proprio corpo ed alla sua funzionalità per raggiungere una più completa percezione di sé.</li><li>Conoscere gli elementi fondamentali delle attività sportive individuali e di squadra.</li><li>Conoscere le diverse capacità motorie (coordinative e condizionali)</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>Partecipare e contribuire in modo attivo alle diverse attività sportive praticate condividendo ed applicando le regole del fair play</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Saper utilizzare in maniera significativa le proprie conoscenze motorie nel rispetto dei regolamenti.</li><li>Saper assumere ruoli diversi in gruppo e nelle specialità sportive;</li><li>saper affrontare il confronto agonistico con un'etica corretta e con fair-play.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Conoscere la regolamentazione dei giochi e delle discipline sportive praticate</li><li>Conoscere e riconoscere lo sport come veicolo di valorizzazione ed integrazione sociale</li><li>Conoscere gli elementi tecnico-tattici degli sport individuali e di squadra praticati</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>Adottare comportamenti idonei per il conseguimento del proprio benessere e per la prevenzione dagli infortuni</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Assumere comportamenti equilibrati nella quotidianità</li><li>Intervenire in modo adeguato sui piccoli traumi ed in caso di emergenza</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Conoscere i rischi della sedentarietà, utilizzando il movimento come elemento di prevenzione</li><li>Conoscere le principali nozioni di primo soccorso</li><li>Conoscere i principali traumi</li><li>Conoscere le tecniche di assistenza attiva durante il lavoro individuale, a coppie e/o in gruppo</li><li>Conoscere le norme fondamentali per la tutela della salute e della prevenzione dagli infortuni</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>Perfezionare e sviluppare il rapporto con l'ambiente naturale e tecnologico</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Muoversi in sicurezza in ambiente naturale</li><li>Saper utilizzare strumenti tecnologici di supporto alle scienze motorie e sportive</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Conoscere le possibili attività in ambiente naturale</li></ul>

	<b>Istituto di Istruzione Superiore Vittorio Bachelet</b>	<b>PROGRAMMAZIONE DIPARTIMENTALE SECONDO BIENNIO QUINTO ANNO</b>	<b>MOD. 4.24</b>
			<b>REV. 0</b>
			Pagina 7 di 7

## OBIETTIVI E CONTENUTI MINIMI SECONDO BIENNIO e ULTIMO ANNO

*Il Dipartimento stabilisce i seguenti obiettivi minimi obbligatori per le singole classi del secondo biennio, funzionali all'organizzazione di attività di recupero.*

	<b>Competenze</b>	<b>Conoscenze Contenuti minimi irrinunciabili</b>
CLASSE TERZA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità e saper utilizzare i propri schemi motori nelle varie situazioni</li> <li>• Utilizzare la terminologia specifica.</li> <li>• Saper praticare le attività motorie e gli sport affrontati</li> <li>• Applicare con sicurezza le regole ed il fair play</li> <li>• Utilizzare corretti stili di vita per perseguire il proprio benessere</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere i contenuti teorici degli argomenti affrontati</li> <li>• Conoscere le caratteristiche e la regolamentazione degli sport e delle attività motorie praticate</li> <li>• Conoscere le norme e le condotte volte a rimuovere o limitare situazioni di pericolo</li> </ul>
CLASSE QUARTA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità e saper utilizzare i propri schemi motori in modo appropriato nelle varie situazioni</li> <li>• Utilizzare la terminologia specifica in modo adeguato</li> <li>• Saper praticare gli sport affrontati applicando sia le regole specifiche dello sport che quelle del fair play</li> <li>• Assumere comportamenti adeguati per il mantenimento della salute e della propria ed altrui sicurezza</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere i contenuti degli argomenti affrontati e delle attività motorie e sportive praticate</li> <li>• Conoscere gli effetti positivi di uno stile di vita attivo per il benessere fisico e socio-relazionale</li> </ul>

## PROFILO IN USCITA DAL QUINQUENNIO

<p>Al termine del percorso di studi, lo studente dovrà:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aver acquisito la consapevolezza della propria corporeità intesa come conoscenza, padronanza e rispetto del proprio corpo.</li> <li>• Saper utilizzare i propri schemi motori in modo efficace in vari contesti sportivi, orientando e valorizzando le proprie potenzialità</li> <li>• Conoscere ed utilizzare in modo appropriato il linguaggio del corpo, la terminologia ed il lessico della disciplina</li> <li>• Conoscere i contenuti teorici della disciplina</li> <li>• Conoscere ed applicare le regole del fair play nei diversi contesti</li> <li>• Saper lavorare individualmente ed in gruppo, confrontandosi e collaborando con i compagni</li> <li>• Saper assumere corretti stili di vita per conseguire la salute ed il benessere</li> <li>• Saper mettere in atto comportamenti responsabili nel rispetto degli ambienti e nella tutela della prevenzione e sicurezza</li> </ul>
---