

LICEO SCIENTIFICO STATALE "NOMENTANO"

EDUCAZIONE FISICA E SPORTIVA A. S. 2018-2019

PROGRAMMAZIONE PER COMPETENZE

Gli insegnanti, dopo aver confrontato le proprie esperienze didattiche, concordano che, per l'individuazione delle competenze, bisognerà valutare i livelli psicomotori dei ragazzi.

La progettualità didattico-educativa terrà conto delle differenti capacità motorie degli alunni e comprenderà un insieme di attività tali da coinvolgere indistintamente tutti; ciò significa che anche gli esonerati nella parte pratica, saranno coinvolti con lezioni di approfondimento teorico, compiti di assistenza e arbitraggio, con conseguente valutazione finale.

Allo scopo appaiono opportuni sia un iniziale colloquio con le classi sia l'effettuazione di prove attitudinali con test motori, al fine di conoscere il vissuto motorio di ogni singolo alunno.

Possiamo definire una competenza motoria come la comprovata capacità di usare conoscenze e abilità, sociali e metodologiche, in ambito ludico, espressivo, sportivo, del benessere e del tempo libero.

Per poter condurre un lavoro intenzionale e sistematico sulle competenze è necessario individuare le competenze e declinarle in obiettivi specifici di apprendimento (OSA).

Per determinare il livello di possesso di una competenza, bisogna prima stabilire uno standard motorio, cioè una soglia accettabile, dopo di che vengono individuati tre livelli di apprendimento o di sviluppo della competenza:

minimo - si avvicina al livello stabilito;

intermedio – possiede e supera il livello stabilito;

elevato – eccelle e supera il livello stabilito.

**COMPETENZE MOTORIE, OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO,
STANDARD LIVELLI DELLA SCUOLA SECONDARIA DI SECONDO GRADO**

1. COMPETENZA: PADRONANZA DEL PROPRIO CORPO E PERCEZIONE SENSORIALE

- **CONOSCENZE:** Conoscere le potenzialità del movimento del corpo, le posture corrette e le funzioni fisiologiche. Riconoscere il ritmo delle azioni
- **ABILITÀ:** Elaborare risposte motorie efficaci e personali in situazioni complesse, assumere le posture corrette soprattutto in presenza di carichi. Organizzare percorsi motori e sportivi, autovalutarsi ed elaborare i risultati. Cogliere le differenze ritmiche nell'azione motoria.

STANDARD ORIENTARSI TENENDO CONTO DELLE INFORMAZIONI SENSORIALI DEL RITMO ADEGUANDOSI AI DIVERSI CONTESTI E RICONOSCENDO LE VARIAZIONI FISIOLOGICHE E LE PROPRIE POSSIBILITÀ:

- **LIVELLO 3:** Utilizza le percezioni sensoriali per ottimizzare le prestazioni. È in grado di organizzare un proprio piano di allenamento
- **LIVELLO 2:** Esegue differenti azioni motorie utilizzando le informazioni dei canali sensoriali in coerenza con le competenze possedute
- **LIVELLO 1:** Mette in atto gli adattamenti necessari riferiti ad un'attività motoria abituale, utilizzando varie informazioni sensoriali.

2. COMPETENZA: COORDINAZIONE SCHEMI MOTORI, EQUILIBRIO, ORIENTAMENTO

- **CONOSCENZE:** Conoscere i principi scientifici fondamentali che sottendono la prestazione motoria e sportiva, la teoria e metodologia dell'allenamento.
- **ABILITÀ:** Consapevolezza di una risposta motoria efficace ed economica. Gestire in modo autonomo la fase di avviamento in funzione dell'attività scelta e trasferire metodi e tecniche di allenamento, adattandole alle esigenze.

STANDARD REALIZZARE IN MODO IDONEO ED EFFICACE L'AZIONE MOTORIA RICHIESTA E MANTENERE LA CAPACITÀ DI RISPOSTE ADEGUATE IN CONTESTI COMPLESSI:

- **LIVELLO 3:** Progetta e realizza autonomamente azioni motorie complesse anche in contesti non programmati
- **LIVELLO 2:** Organizza, in prestazioni individuali e collettive, la distribuzione e sincronizzazione dell'impegno motorio in funzione della sua durata
- **LIVELLO 1:** Mette in atto azioni motorie controllate adeguate al contesto

3. COMPETENZA: ESPRESSIVITÀ CORPOREA

- **CONOSCENZE:** Riconoscere la differenza tra movimento funzionale ed espressivo esterno-interno. Conoscere possibili interazioni tra linguaggi espressivi ed altri ambiti (letterario, artistico)
- **ABILITÀ:** ideare e realizzare sequenze di movimento in situazioni mimiche, danzate e di espressione corporea. Padroneggiare gli aspetti non verbali della comunicazione.

STANDARD ESPRIMERE E RIELABORARE ATTRAVERSO LA GESTUALITÀ AZIONI, EMOZIONI, SENTIMENTI, ANCHE UTILIZZANDO SEMPLICI TECNICHE:

- **LIVELLO 3:** Sa applicare e rielaborare le tecniche espressive in alcuni ambiti, sapendo assegnare significato e qualità al movimento
- **LIVELLO 2:** sa utilizzare correttamente modelli proposti. È in grado di interagire con i compagni adeguandosi, apportando contributi personali
- **LIVELLO 1:** Si esprime riferendosi ad elementi conosciuti. Sa individuare e trasferisce specificità combinando e sintetizzando informazioni

4. COMPETENZA: GIOCO, GIOCOSPORT E SPORT 8ASPETTI RELAZIONALI E COGNITIVO:

- CONOSCENZE: Conoscere gli aspetti essenziali della terminologia, regolamento e tecnica degli sport, la struttura e l'evoluzione dei giochi e degli sport affrontati anche della tradizione locale e l'aspetto educativo e sociale dello sport
- ABILITÀ: Trasferire e ricostruire tecniche, strategie, regole adottandole alle capacità, esigenze, spazi e tempi in cui si dispone. Cooperare in equipe utilizzando e valorizzando le proporzioni e le attitudini individuali

STANDARD CONOSCERE E PRATICARE IN MODO CORRETTO ED ESSENZIALE I PRINCIPALI GIOCHI E SPORT DARE IL PROPRIO CONTRIBUTO INTERPRETANDO AL MEGLIO LA CULTURA SPORTIVA:

- LIVELLO 3: mostra notevoli abilità tecnico-tattiche nella pratica di vari sport, collabora mantenendo corrette e leali relazioni
- LIVELLO 2: Conosce la tattica e sa giocare con sufficienti abilità e varie attività sportive, mostrano correttezza e rispetto delle regole. Sa mettere in atto le giuste strategie
- LIVELLO 1: Conosce le regole, le tecniche di base degli sport praticati

5. COMPETENZA: SICUREZZA PREVENZIONE PRIMO SOCCORSO E SALUTE (CORRETTI STILI DI VITA)

- CONOSCENZE: Conoscere i principi fondamentali di prevenzione e attuazione della sicurezza personale in palestra, a scuola e negli spazi aperti. Conoscere gli elementi fondamentali del primo soccorso.
- ABILITÀ: Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza in palestra, a scuola e negli spazi aperti. Applicare gli elementi fondamentali del primo soccorso

STANDARD CONOSCERE IL PRIMO SOCCORSO E ASSUMERE COMPORTAMENTI RESPONSABILI NELLA TUTELA DELLA SICUREZZA, DI CORRETTI STILI DI VITA E DI UNA CORRETTA ALIMENTAZIONE:

- LIVELLO 3: Mette in atto comportamenti per tutelare la sicurezza propria ed altrui, conosce il primo soccorso. È in grado di applicare principi per la tutela della salute anche alimentare.
- LIVELLO 2: Conosce le norme basilari del primo soccorso. Svolge attività codificate e non, nel rispetto della propria e della altrui incolumità. È consapevole dei disturbi alimentari e dei danni indotti dalle dipendenze.
- LIVELLO 1: Utilizza in modo appropriato strutture e attrezzi, applica alcune tecniche di assistenza e sa agire in caso di infortunio. Conosce e sa applicare i principi basilari per un corretto stile di vita

DIDATTICA

Si metteranno in atto percorsi didattici (unità di apprendimento)

Le attività varieranno, secondo l'età, per intensità e durata di lavoro.

Nel biennio si darà importanza all'elaborazione degli schemi motori di base, alla consapevolezza del movimento ed alla socializzazione.

Nel triennio invece, s'insisterà maggiormente sull'organizzazione delle conoscenze e delle abilità acquisite e sull'autonomia nel saper realizzare un lavoro finalizzato.

METODOLOGIA

Si prediligerà il metodo globale e analitico-globale; perché ritenuto il più efficace per sviluppare le competenze dei singoli allievi nel contesto del lavoro di gruppo.

CRITERI DI VALUTAZIONE

Saranno effettuate verifiche attraverso test motori, media dei risultati sulle conoscenze-abilità, primo periodo e finale.

Si valuterà attraverso l'osservazione soggettiva/oggettiva il miglioramento psicomotorio; capacità relazionali, impegno dimostrato durante tutto l'anno, partecipazione attiva intesa come comportamento corretto durante le lezioni e il rispetto delle regole.

I voti saranno attribuiti nel modo seguente:

- 0- 4 L'alunno/a partecipa saltuariamente all'attività pratica e/o privo dell'adeguata tenuta sportiva senza validi motivi.
- 5 L'alunno partecipa in modo discontinuo e con scarso impegno.
- 6 L'alunno partecipa con impegno ed interesse sufficiente.
- 7 L'alunno partecipa attivamente, con impegno costante e profitto soddisfacente.
- 8 L'alunno partecipa attivamente, con impegno costante e buoni risultati.
- 9 L'alunno mostra impegno continuo, partecipazione e rendimento ottimo.
- 10 L'alunno mostra impegno continuo, partecipazione costruttiva con rendimento eccellente.

Si allega il "Progetto Sport d'Istituto" che si attuerà durante l'attività pomeridiana, finalizzata all'avviamento ed al perfezionamento di alcune discipline sportive.

I professori:

Musto Paolo, Martone Giacomo, Alfonso Laura, Vitale Francesco, Russo Tiziana, Perroni Marina, Romanazzi Daniele.