



LICEO CLASSICO E MUSICALE STATALE

“Annibale Mariotti”

PERUGIA

PROGRAMMAZIONE DIDATTICA A.S. 2019/2020

PROF. TOSTI GRAZIANO

CLASSE 2° M MATERIA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

| | |
|-----------------|---|
| Finalità | <p>1. Contribuire alla crescita e alla formazione dell'allievo/a, non solo sotto l'aspetto fisico, motorio e tecnico sportivo, ma soprattutto in riferimento alla sua personalità, nei vari aspetti: intellettuale – psicologico – sociale – cognitivo; favorendo lo sviluppo delle potenzialità dell'allievo/a, e l'acquisizione di corretti stili comportamentali.</p> <p>2. Acquisizione di un discreto livello di autocontrollo, di autostima, di rispetto di sé e degli altri.</p> <p>3. Ricerca di un'autonomia personale, che nel rapporto con gli altri permetta una positiva integrazione e socializzazione.</p> <p>4. Sviluppo di una cultura motoria e sportiva intesa come sana abitudine di vita e come insieme di valori morali fondamentali per la vita quotidiana.</p> <p>Valorizzazione delle attività in ambiente naturale.</p> |
|-----------------|---|

| | |
|-------------------------|---|
| Obiettivi minimi | <p>1. Migliorare la conoscenza e la padronanza del proprio corpo e delle proprie abilità psicomotorie.</p> <p>2. Partecipazione e attenzione a tutte le attività proposte, ricerca dell'affinamento nell'esecuzione degli schemi motori di base (cap. coordinative) e del miglioramento delle capacità condizionali. Conoscenza e pratica di alcuni giochi sportivi individuali e di squadra.</p> <p>3. Disponibilità a collaborare con gli altri. Acquisizione delle capacità espressive-comunicative non verbali basilari.</p> <p>4. Sufficiente autonomia personale.</p> |
|-------------------------|---|

| | |
|-------------------------|--|
| Contenuti minimi | <p>1. Saper essere: puntualità alle lezioni; portare il materiale richiesto; capacità di attenersi alle regole ed alle indicazioni di lavoro, sia in maniera individuale che collettiva, anche con controllo a distanza da parte dell'insegnante; capacità di riorganizzare i contenuti proposti; conoscenza del proprio corpo, della sua funzionalità, delle sue potenzialità, e acquisizione di posture corrette; presa di coscienza delle proprie capacità e rispetto delle capacità degli altri; acquisizione progressiva dell'autostima; ricerca del dialogo e della collaborazione con gli altri; consapevolezza che il corpo può inviare messaggi non verbali volontari ed involontari e acquisizione delle capacità espressive-comunicative basilari; conoscenza delle dinamiche di alcuni giochi sportivi individuali e di squadra e di alcune specialità dell'atletica leggera, privilegiando il contenuto educativo e formativo dell'attività sportiva;</p> |
|-------------------------|--|



LICEO CLASSICO E MUSICALE STATALE

“Annibale Mariotti”

PERUGIA

| | |
|--|---|
| | <p>conoscenza del proprio ruolo e quello degli altri, comprensione di responsabilità diverse da quelle abituali (arbitro, caposquadra, ecc); tutela della propria salute, attraverso la conoscenza delle norme elementari igienico-sanitarie e il rispetto dei principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale; conoscenza della fisiologia di alcuni dei grandi sistemi/apparati del nostro corpo; valorizzazione dell'attività proposta in ambiente naturale.</p> |
| | <p>2. Saper fare: ex.ni di corsa a carico naturale a ritmo blando e a ritmo vario, con intensità e durata diversa; ex.ni di educazione respiratoria; ex.ni per l'assunzione di una postura corretta, attraverso la sensibilizzazione e il lavoro sulla muscolatura dell'addome, del dorso, della cintura pelvica e scapolo-omerale degli arti superiori ed inferiori ; ex.ni di mobilità articolare segmentaria e generale; ex.ni di flessibilità articolare ed allungamento muscolare; ex.ni di miglioramento della forza dei grandi gruppi muscolari (addominali, dorsali , cingolo scapolo-omerale, cingolo pelvico, arti superiori ed inferiori) ; ex.ni di miglioramento della velocità dei movimenti; ex.ni di miglioramento della resistenza organica generale/speciale; ex.ni in circuito, con andature varie e con ritmi diversi; ex.ni di equilibrio statico e dinamico; ex.ni con movimenti semplici, di combinazione motoria, di discriminazione motoria , di orientamento spaziale e di destrezza; ex.ni riferiti a schemi motori di base (correre, saltare, lanciare, afferrare); ex.ni con piccoli e grandi attrezzi; giochi di movimento propedeutici ad alcuni giochi sportivi individuali e di squadra (pallapugno, pallaprigioniera..); ex.ni finalizzati all'apprendimento dei fondamentali individuali e di squadra e delle tattiche, di alcuni giochi sportivi (pallavolo, pallacanestro, volano, ultimate, calcetto..); ex.ni finalizzati alla conoscenza di alcune specialità dell'atletica leggera (corsa veloce , corsa di resistenza, staffetta 4x100.....); messa in pratica delle principali norme igieniche ed alimentari e dei principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale; ex.ni in ambiente naturale, all'aria aperta.</p> |

| | |
|--------------------|---|
| Metodologie | <p>1. Si prediligerà il metodo dal globale-analitico-globale, per prova-errore-aggiustamento con partecipazione guidata, perchè ritenuto il più efficace per sviluppare le competenze dei singoli allievi sia nel lavoro individuale che nel contesto del lavoro di gruppo.</p> |
| | <p>2. In presenza di particolari difficoltà motorie, il percorso educativo sarà personalizzato in funzione degli obiettivi raggiungibili a secondo delle capacità individuali.</p> |
| | <p>3. Saranno svolte lezioni teoriche.</p> |



LICEO CLASSICO E MUSICALE STATALE

“Annibale Mariotti”

PERUGIA

| | |
|---|---|
| Strumenti (Materiali Attrezzature Attività Extracurricolari) | 1. Le attività didattiche si svolgeranno presso il Palasport di Via Pellini o nella palestra della Sede Centrale. Si utilizzeranno le attrezzature scolastiche esistenti, piccoli attrezzi (funicelle, coni, bastoni, cerchi, palloni ecc), grandi attrezzi (tappeti, palle mediche ecc). |
| | Approfondimento attiv. mot., attività extracurricolari e progetti proposti: 1. centro sportivo scolastico, (l’adesione è facoltativa); 2. tornei interni (anche misti), di pallavolo, calcetto, tennis-tavolo, pallacanestro e volano , (l’adesione è facoltativa); 3. “Progetto montagna”, esperienza sportivo-didattica e culturale di cinque/sei giorni in montagna , (l’adesione è facoltativa). 4. attività di nuoto, presso la piscina di Via Pellini e/o arrampicata presso pal. P. di Massiano, durante l’orario settimanale di educazione fisica, con la presenza di istruttori (l’adesione è facoltativa). |
| | 2. Libro di testo adottato : Più movimento , di G.Fiorini – S.Coretti – S.Bocci . 3. Utilizzo di video didattici scolastici. |

| | |
|---|--|
| Situazione di Partenza (valutazione in ingresso) | 1. Verranno utilizzati dei test psicofisici e l’osservazione in situazione per valutare le abilità individuali e le conoscenze, così da accertare il possesso dei requisiti necessari per l’apprendimento delle attività programmate . |
| | 2. Conoscenza e grado di padronanza del proprio corpo. |
| | 3. Capacità coordinative. |
| | 4. Capacità condizionali. |
| | 5. Capacità di comprendere e gestire le varie attività proposte (individuali e collettive). Livello di autonomia. |

| | |
|------------------------------------|---|
| Prove comuni standardizzate | Una prova teorica - primo quadrimestre (scheda di 10 domande a risposta multipla) |
| | Due prove pratiche - una per ogni quadrimestre . |

| | |
|--------------------------------|---|
| Verifiche e Valutazione | Verifiche: 1. Verrà effettuata un’osservazione in situazione individuale durante lo svolgimento delle lezioni, continua nel corso dell’anno, per monitorare non solo i risultati e i miglioramenti psico-motori ottenuti dall’allievo, ma anche la partecipazione, le capacità relazionali, il comportamento e l’impegno dimostrato nel lavoro. 2. Si utilizzeranno anche test individuali a scadenza periodica, per rilevare il livello delle conoscenze, delle abilità e quindi delle competenze raggiunte dall’allievo , senza mai usare un rapporto di confronto tra gli allievi. 3. Si useranno questionari (schede) e/o prove orali per la verifica teorica. |
| | Valutazione 1. È il risultato di un monitoraggio continuo, in itinere, dell’allievo. Le principali componenti che interagiscono per l’assegnazione della valutazione intermedia e finale sono : le competenze (conoscenze e abilità) motorie e i miglioramenti psico-motori raggiunti nel periodo, la capacità di lavoro autonomo e di relazionarsi con gli altri, l’impegno dimostrato, la partecipazione attiva alle lezioni e il comportamento tenuto. 2. le griglie di valutazione sono quelle poste in uso dal dipartimento ed allegate al P.T.O.F. |



LICEO CLASSICO E MUSICALE STATALE

“Annibale Mariotti”

PERUGIA

RISULTATI ATTESI

| | |
|---|--|
| A Programma svolto | Acquisizione di un più vasto vissuto motorio personale e una migliore conoscenza di se e delle proprie capacità psicomotorie. Una conoscenza della pratica sportiva, intesa anche e soprattutto come una sana abitudine di vita e come insieme di valori morali fondamentali per la vita quotidiana. La tutela della propria salute, attraverso il rispetto delle principali norme igienico, sanitarie ed alimentari e la conoscenza dei principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale. La valorizzazione delle attività in ambiente naturale. |
| B Competenze livello medio | a 1. Raggiungimento di un più che discreto livello di conoscenza e padronanza del proprio corpo, della sua funzionalità e delle sue potenzialità. 2. Buona partecipazione e attenzione a tutte le attività proposte e disponibilità a collaborare ed interagire con gli altri. 3. Acquisizione progressiva di autostima e di autocontrollo. 4. Conoscenza e pratica di alcuni giochi sportivi di squadra e valorizzazione del loro contenuto educativo e formativo. 5. Discreta autonomia personale. |
| C Competenze e comportamenti | 1. Corpo umano e movimento : acquisizione di una progressiva padronanza del proprio corpo, arricchimento e affinamento degli schemi motori e miglioramento delle capacità condizionali. Equilibrio, orientamento e ritmo. Valorizzazione delle attività in ambiente naturale. 2. Linguaggio del corpo : saper cogliere informazioni sensoriali e ritmiche adeguandosi ai diversi contesti. Espressività corporea. 3. Gioco, sport, regole e fair play : conoscere gli aspetti tecnici, educativi, relazionali e cognitivi di alcuni giochi sportivi di squadra ed individuali. Intendere la pratica sportiva come una sana abitudine di vita. Sviluppare le qualità psico-relazionali basilari (autonomia, comunicazione, interazione con gli altri...). 4. Salute e Benessere, Sicurezza e prevenzione : divenire consapevole del percorso da effettuare per tutelare la propria salute (concetto di salute dinamica). Acquisire corretti stili comportamentali e conoscere i principi fondamentali per la sicurezza personale e la prevenzione degli infortuni. Relazionarsi positivamente con l'ambiente naturale. |



LICEO CLASSICO E MUSICALE STATALE
 “Annibale Mariotti”
 PERUGIA

GRIGLIE DI VALUTAZIONE allegate al P.T.O.F.

TABELLA VALUTAZIONE OGGETTIVA

| PARTECIPAZIONE | IMPEGNO | CAPACITA' RELAZIONALI | COMPORAMENTO E RISPETTO REGOLE | PROFITTO |
|--|--|--|---|---|
| Interesse; Motivazione ; Assunzione ruoli diversi; Capacità di proporre il proprio punto di vista; Capacità di proporsi e portare a termine incarichi; Partecipare a progetti e ad attività extracurricolari; | Continuità; Esecuzione accurata e puntuale di compiti; Disponibilità ad organizzare le attività; Accuratezza nel realizzare la parte teorica; | Capacità di mostrare atteggiamenti collaborativi offrendo il proprio apporto; Capacità di mostrare atteggiamenti cooperativi e disponibilità all'inclusione dei meno abili; | Autonomia; Autocontrollo; Responsabilità nei trasferimenti, negli spogliatoi e nel portare il materiale; Rispetto delle regole; Rispetto del fair play; Giustificazioni documentate; Annotazioni di eventuali richiami o mancanze; | Media dei risultati delle verifiche sulle conoscenze e abilità; miglioramento psico motorio; |
| | | | | |

Eventuali giustificazioni eccedenti a quelle concesse dall'insegnante, se non motivate da certificato medico, incideranno negativamente sulla valutazione quadrimestrale e finale.

GRIGLIE DI VALUTAZIONE DELLE PROVE PRATICHE DI EDUCAZIONE FISICA

| VOTO | Descrittori per la verifica delle capacità condizionali |
|---|---|
| 1-2 | Si rifiuta di svolgere l'attività proposta |
| 3 | Inizia l'attività, ma non la porta a termine |
| 4 | Esegue l'attività richiesta con continue interruzioni |
| 5 | Esegue l'attività richiesta senza interruzioni, ma non raggiunge il minimo richiesto |
| 6 | Esegue l'attività richiesta senza interruzioni e raggiunge il minimo richiesto dall'insegnante |
| 7 | Svolge l'attività proposta distribuendo la fatica nel tempo richiesto |
| 8 | Svolge l'attività proposta raggiungendo una valida prestazione |
| 9-10 | Svolge l'attività proposta raggiungendo un'eccellente prestazione |
| Le capacità condizionali verranno verificate come capacità applicate anche ai gesti atletici o ad attività di | |



LICEO CLASSICO E MUSICALE STATALE

“Annibale Mariotti”

PERUGIA

| |
|----------------|
| tipo sportivo. |
|----------------|

| VOTO | Descrittori per la verifica delle capacità coordinative |
|-------------|--|
| 1-2 | Si rifiuta di svolgere l'esercizio |
| 3 | Dimostra molte difficoltà durante lo svolgimento dell'esercizio |
| 4 | Dimostra difficoltà durante lo svolgimento dell'esercizio |
| 5 | Esegue in modo impreciso e difficoltoso l'esercizio |
| 6 | Riesce a svolgere tutto l'esercizio con qualche imprecisione |
| 7-8 | Esegue tutto l'esercizio in modo corretto, sicuro e fluido |
| 9 | Esegue tutto l'esercizio utilizzando al massimo anche le capacità condizionali |
| 10 | Esegue tutto l'esercizio apportando anche contributi personali |
| | Le capacità coordinative verranno verificate come capacità applicate anche ai gesti atletici o ad altre attività di tipo coordinativo. |

| VOTO | Descrittori per la verifica dei giochi di squadra |
|-------------|--|
| 1-2 | Si rifiuta di giocare o di svolgere l'esercizio |
| 3 | Non sa eseguire i fondamentali |
| 4 | Esegue i fondamentali con molta difficoltà |
| 5 | Esegue i fondamentali in modo impreciso ed approssimativo |
| 6 | Esegue correttamente i fondamentali |
| 7 | Esegue correttamente i fondamentali, a volte li sa applicare nelle dinamiche di gioco |
| 8 | Utilizza sempre correttamente i fondamentali nelle dinamiche di gioco |
| 9 | A volte sa applicare anche soluzioni tattiche adeguate alle varie problematiche di gioco |
| 10 | Applica sempre soluzioni tattiche adeguate alle varie problematiche di gioco |
| | Le capacità condizionali verranno verificate come capacità applicate anche ai gesti atletici o ad attività di tipo coordinativo. |

| VOTO | Descrittori per le verifiche dell'espressività corporea |
|-------------|---|
| 1-2 | Non esegue alcun movimento |
| 3-4 | Partecipa all'attività manifestando evidente disinteresse |
| 4 | Esegue quanto richiesto con molta difficoltà |
| 5 | Partecipa all'attività accettando gli stimoli proposti in modo superficiale ed eseguendo in modo scorretto il richiesto |
| 6 | Partecipa all'attività eseguendo in modo corretto il richiesto |
| 7 | Partecipa all'attività eseguendo in modo corretto e a ritmo il richiesto |
| 8 | Partecipa all'attività in modo personale ed esegue correttamente e a ritmo il richiesto |
| 9-10 | Partecipa all'attività con esecuzione corretta, a ritmo e personale, apportando contributi creativi |

| VOTO | Descrittori per le verifiche di salute e benessere, sicurezza e prevenzione |
|-------------|--|
| 1 -3 | Rifiuta di comportarsi in maniera conforme al richiesto |
| 4 -5 | Non sempre si comporta in maniera adeguata al richiesto |
| 6 | Mediamente si comporta in maniera adeguata al minimo richiesto |
| 7 -8 | Quasi sempre si comporta in maniera adeguata al richiesto |
| 9 -10 | Sempre aderente al richiesto, apportando anche contributi personali |



LICEO CLASSICO E MUSICALE STATALE
 “Annibale Mariotti”
 PERUGIA

DESCRITTORI COMPORTAMENTALI

| VOTO | Descrittori comportamentali |
|-------------|--|
| 1-2 | si rifiuta di svolgere l'attività proposta. |
| 3 -4 | L'alunno partecipa saltuariamente all'attività pratica, assume atteggiamenti non adeguati al richiesto e si giustifica sistematicamente senza documentazione o valida motivazione. |
| 5 | L'alunno partecipa in modo discontinuo, con scarso impegno e non sempre rispetta le regole. |
| 6 | L'alunno partecipa con sufficiente impegno, responsabilità ed interesse nel rispetto delle regole. |
| 7 -8 | L'alunno mostra una buona partecipazione, responsabilità, impegno pressoché costante e atteggiamenti collaborativi offrendo il proprio apporto, nel rispetto delle regole. |
| 9-10 | L'alunno mostra un'ottima partecipazione, costruttiva e continua, impegno costante, autocontrollo, atteggiamenti cooperativi offrendo sempre il proprio apporto e disponibilità all'inclusione dei meno abili. |

**GRIGLIE DI VALUTAZIONE DELLE PROVE TEORICHE DI EDUCAZIONE
 FISICA**

| OBIETTIVO | DESCRITTORE | INDICATORI DI LIVELLO | Punti |
|---|---|---|----------|
| Prova in bianco | in bianco o evidentemente manomessa | | 1 |
| Prova fuori traccia | Svolta ma senza alcuna attinenza con la consegna | | 2 |
| Conoscenza dei contenuti specifici e relativi al contesto | Il candidato conosce gli argomenti richiesti | In modo gravemente lacunoso | 1 |
| | | In modo generico, con lacune e scorrettezze | 2 |
| | | In modo approssimativo e con alcune imprecisioni | 2,5 |
| | | In modo essenziale e complessivamente corretto | 3 |
| | | In modo completo ed esauriente | 4 |
| Competenze linguistiche e/o specifiche (correttezza formale, uso del lessico specifico) | Il candidato si esprime applicando le proprie conoscenze ortografiche, morfosintattiche, lessicali e di lessico specifico applicando la teoria alla pratica | In modo approfondito e dettagliato. | 5 |
| | | In modo gravemente scorretto tale da impedirne la comprensione | 1 |
| | | In modo scorretto con una terminologia impropria | 1,5 |
| | | In modo non sempre corretto ma globalmente comprensibile | 2 |



LICEO CLASSICO E MUSICALE STATALE

“Annibale Mariotti”

PERUGIA

| | | | |
|----------|--|--|----------|
| | | In modo chiaro e corretto e appropriato | 2,5 |
| | | In modo chiaro, corretto, scorrevole e con ricchezza lessicale in modo completo e preciso. | 3 |
| Capacità | di sintesi logiche di rielaborazione | Nessi logici assenti, sintesi impropria, nessuna rielaborazione personale | 0,5 |
| | | Nessi logici appena accennati, sintesi poco efficace, scarsa rielaborazione | 0,5 |
| | | Nessi logici non del tutto esplicitati e poco coerenti, sintesi incompleta, rielaborazione meccanica | 1 |
| | | Nessi logici esplicitati in modo semplice, sintesi non del tutto esauriente, rielaborazione meccanica | 1 |
| | | Nessi logici appropriati e sviluppati, sintesi efficace, rielaborazione con scarso senso critico | 1,5 |
| | | Coerenza logica, sintesi efficace ed appropriata, rielaborazione critica e personale | 2 |
| | | PUNTEGGIO |/10 |

***LA GRIGLIA DI VALUTAZIONE DELLE PROVE TEORICHE A RISPOSTA
MULTIPLICA DI SMS SEGUE IL SEGUENTE SCHEMA :***

scheda di verifica con 10 domande, (per ogni quesito vengono riportate 3 o 4 risposte delle quali sola una è giusta). All'allievo per ogni risposta corretta verrà assegnato un punto. La somma dei punti darà la valutazione finale della prova.

Perugia, li 27/09/2019

Firma

Tosti Graziano



LICEO CLASSICO E MUSICALE STATALE

“Annibale Mariotti”

PERUGIA