



UNIONE EUROPEA

FONDI
STRUTTURALI
EUROPEI

PER LA SCUOLA - COMPETENZE E AMBIENTI PER L'APPRENDIMENTO - FSE

pon
2014-2020

MIUR

Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca
Dipartimento per la Programmazione
Direzione Generale per interventi in materia di edilizia
scuolastica, per la gestione dei fondi strutturali per
l'istruzione e per l'innovazione digitale
Ufficio IV

Istituto Istruzione Superiore Statale

"Enzo Ferrari-Hertz"e mail: rmis08100r@istruzione.it rmis08100r@pec.istruzione.itWeb: www.iisenzoferrari.it

Sede Legale Via Grottaferrata, 76 - 00178 Roma

Tel.: + 39 06.121122325 - Fax: + 39 06.67663813

Sede via Ferrini 83 tel.: 06.121122325 Sede via Procaccini 70 tel.: 06.121122805

**PROGRAMMAZIONE SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**
DOCENTE GIORGIO ANDINOLFI
A.S. 2021/22**OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO****PRIMO BIENNIO**

Nel primo biennio, dopo aver preso atto della situazione motoria e relazionale del gruppo classe, sarà dedicato un percorso didattico specifico atto definire e migliorare negli studenti le capacità coordinative e condizionali per permettere loro di realizzare schemi motori sempre più complessi che possano permettere loro di affrontare adeguatamente diverse attività motorie e sportive.

Sono stati identificati quattro **nuclei fondanti** nell'ambito dei quali sono state individuate le **competenze** e le relative **conoscenze** e **abilità** che verranno scelte e adattate alle singole classi.

NUCLEI FONDANTI	CORPO, SUA ESPRESSIVITÀ E CAPACITÀ CONDIZIONALI	LA PERCEZIONE SENSORIALE, MOVIMENTO, SPAZIO-TEMPO E CAPACITÀ COORDINATIVE	GIOCO, GIOCO-SPORT E SPORT	SICUREZZA E SALUTE
COMPETENZE	Svolgere attività motorie adeguandosi ai diversi contesti ed esprimere le azioni attraverso la gestualità.	Utilizzare gli stimoli percettivi per realizzare in modo idoneo ed efficace l'azione motoria richiesta.	Conoscere e praticare in modo corretto ed essenziale i principali giochi sportivi e sport individuali.	Migliorare la consapevolezza del proprio corpo e della propria condizione fisica. Conoscere le norme di comportamento per la prevenzione degli infortuni
CONOSCENZE	Essere consapevoli della propria corporeità; riconoscere la differenza tra movimento funzionale ed espressivo	Conoscere il sistema di alcune capacità motorie coordinative, che sottendono la prestazione motoria e sportiva	Conoscere gli aspetti essenziali della terminologia, regolamento e tecnica degli sport.	Conoscere i principi fondamentali di prevenzione ed attuazione della sicurezza personale in palestra e negli spazi aperti. Conoscere gli elementi fondamentali del primo soccorso.
ABILITÀ	Percezione, consapevolezza ed elaborazione di risposte motorie efficaci e personali in situazioni semplici. Assumere posture corrette a carico naturale.	Consapevolezza di una risposta motoria efficace ed economica. Organizzare la fase di avviamento e di allungamento muscolare in situazioni semplici.	Praticare in modo essenziale e corretto alcuni giochi sportivi e sport individuali.	Poter essere in grado di adottare un sano stile di vita.
COMPORTAMENTO	Saper riconoscere ed esprimere in modo corretto le proprie tensioni emotive.	Rispetto delle regole, delle persone e dell'ambiente.	Applicare le norme di un corretto comportamento sportivo in ambito scolastico (fair play)	Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza in palestra, a scuola e negli spazi aperti



UNIONE EUROPEA

FONDI
STRUTTURALI
EUROPEI

PER LA SCUOLA - COMPETENZE E AMBIENTI PER L'APPRENDIMENTO - FSE

pon
2014-2020



MIUR

Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca
Dipartimento per la Programmazione
Direzione Generale per interventi in materia di edilizia
scolastica, per la gestione dei fondi strutturali per
l'istruzione e per l'innovazione digitale
Ufficio IV



Istituto Istruzione Superiore Statale

"Enzo Ferrari-Hertz"

e mail: rmis08100r@istruzione.it rmis08100r@pec.istruzione.it

Web: www.iisenzoferrari.it

Sede Legale Via Grottaferrata, 76 - 00178 Roma

Tel.: + 39 06.121122325 - Fax: + 39 06.67663813

Sede via Ferrini 83 tel.: 06.121122325 Sede via Procaccini 70 tel.: 06.121122805



PARTE TEORICA

❖ IL CORPO E LA SUA FUNZIONALITA'

- Il sistema scheletrico
- Il sistema muscolare
- L'energetica muscolare
- L'apparato cardiocircolatorio
- L'apparato respiratorio
- Il sistema nervoso
- Il sistema endocrino
- Muscoli e movimento
- Le catene cinetiche

- Competenze sportive e vita quotidiana

- Lo sport e la disabilità

❖ GLI SPORT DI SQUADRA

- La pallacanestro
- La pallavolo
- Il calcio a 5
- Il rugby
- La pallamano
- Baseball e softball
- L'ultimate
- Il tchoukball

❖ SPORT, REGOLE E FAIR PLAY

- Vivere lo sport

OBIETTIVI DIDATTICI DEL PRIMO BIENNIO

(Profilo in uscita)

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

- Tollerare un lavoro sub-massimale per un tempo prolungato.
- Vincere resistenze a carico naturale.
- Compiere azioni semplici nel minor tempo possibile.
- Avere un controllo segmentario del proprio corpo.
- Svolgere compiti motori in situazioni inusuali, tali da richiedere la conquista, il mantenimento ed il recupero dell'equilibrio.
- Essere in grado di conoscere e praticare in ambito scolastico almeno uno sport di squadra ed uno individuale.
- Prendere consapevolezza del proprio corpo e la sua funzionalità.
- Essere in grado di realizzare un semplice avviamento e relativa fase di allungamento muscolare di una lezione.



UNIONE EUROPEA

FONDI
STRUTTURALI
EUROPEI

PER LA SCUOLA - COMPETENZE E AMBIENTI PER L'APPRENDIMENTO - FSE

pon
2014-2020

MIUR

Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca
Dipartimento per la Programmazione
Direzione Generale per interventi in materia di edilizia
scuola, per la gestione dei fondi strutturali per
l'istruzione e per l'innovazione digitale
Ufficio IV

Istituto Istruzione Superiore Statale

"Enzo Ferrari-Hertz"

e mail: rmis08100r@istruzione.it rmis08100r@pec.istruzione.itWeb: www.iisenzoferrari.it

Sede Legale Via Grottaferrata, 76 - 00178 Roma

Tel.: + 39 06.121122325 - Fax: + 39 06.67663813

Sede via Ferrini 83 tel.: 06.121122325 Sede via Procaccini 70 tel.: 06.121122805



ITIS HERTZ

MODALITA' DI VERIFICA

Osservazione diretta ed esecuzione di prove specifiche

MODALITA' DI VALUTAZIONE

Individuazione di criteri e griglie di valutazione

COMPETENZA COMPORTAMENTALE

PARZIALE	BASILARE	ADEGUATO	ECCELLENTE
Il suo comportamento non è sempre sorretto da costanza; conosce le regole della corretta convivenza ma viene sollecitato a farlo	Su indicazione riesce a gestire gli impegni richiesti con sufficiente autonomia. Si comporta in modo corretto e collabora al mantenimento di un buon clima di classe	Adempie responsabilmente ai comportamenti richiesti. Contribuisce al buon clima di classe con un atteggiamento collaborativo	Gestisce con piena consapevolezza i propri impegni e sa essere di supporto e di esempio per gli altri. E determinante per la coesione del gruppo classe

COMPETENZA OPERATIVA

PARZIALE	BASILARE	ADEGUATO	ECCELLENTE
Coglie con difficoltà e in modo parziale il significato delle attività proposte	Ha bisogno di essere guidato all'attivazione delle diverse tecniche di movimento che poi esegue in modo sufficientemente autonomo; comprende il significato delle diverse attività	Padroneggia le diverse tecniche di movimento ed è consapevole dei singoli gesti tecnici richiesti	Utilizza con piena consapevolezza le tecniche del movimento ed è in grado di finalizzarle al miglioramento tecnico personale; accoglie positivamente tutte le attività proposte

COMPETENZA COGNITIVA

PARZIALE	BASILARE	ADEGUATO	ECCELLENTE
Dimostra conoscenze imprecise ed inadeguate	Se guidato acquisisce, seleziona e organizza. Conoscenze e linguaggio idonei ai contenuti proposti	Utilizza il materiale previsto e assimila i contenuti richiesti dimostrando una discreta rielaborazione personale	Dimostra padronanza, precisione e sicurezza nella conoscenza degli argomenti trattati che personalmente approfondisce e rielabora

Data 10/11/2021

Firma del Docente

Giorgio Andinolfi