

ANNO SCOLASTICO 2016/2017

**DIPARTIMENTO DI ED.FISICA**

**DOCENTI:GALLIA GAETANO-  
PANSA ANGELA – MONACO MICHELE**

**Il giorno 03 /09/2015, alle ore 09.00 nell'aula della scuola, si è riunito il dipartimento di educazione fisica per discutere il seguente ordine del giorno:**

**Individuazione e stesura delle:**

- 1)competenze disciplinari;**
- 2)abilità e conoscenze relative al punto di cui sopra (verbale precedente)**

**Sono presenti i docenti :,Gallia Gaetano, Pansa Angela,Monaco Michele  
Funge da presidente il prof, Gallia Gaetano e da segretaria la prof. Pansa Angela**

**Primo punto all'ordine del giorno:**

- 1)competenze disciplinari;**

**Al termine del quinquennio lo studente avrà acquisito;**

- consapevolezza della propria corporeità;
- consolidamento dei valori sociali dello sport;
- un atteggiamento positivo verso uno stile di vita sano e attivo;
- una buona coordinazione ed equilibrio psico-fisico e neuro motorio;
- autonomia nell'analizzare la propria e l'altrui prestazione identificandone aspetti positivi e negativi.
- valorizzazione della personalità nei diversi ruoli(giocatore,arbitro, giudice e organizzatore).

*“una competenza è raggiunta quando saperi e saper fare diventano patrimonio di un individuo e vengono spontaneamente applicati alla soluzione di problemi di varia natura”*

**I suddetti obiettivi si tradurranno in acquisizione di COMPETENZE, CONOSCENZE E ABILITA' elencate e suddivise in moduli didattici qui di seguito schematizzati.**

## Progettazione Curriculare

### Scienze Motorie

<b>1) OBIETTIVO:</b> <span style="float: right;"><b>Primo biennio</b></span> - <b>Consapevolezza</b> della propria corporeità; -Prendere coscienza della propria efficienza fisica -migliorare il livello della coordinazione trasferibile nei vari ambiti sportivi	
<b>COMPETENZE:</b> -riprodurre in forma corretta schemi complessi degli sport affrontati; -eseguire in modo corretto e consapevole gli esercizi.	
<b>CONOSCENZE:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Conoscere le le tecniche di gioco da applicare al momento opportuno;</li><li>• Conoscere gli elementi della comunicazione non verbale</li><li>• conoscere i regolamenti dei vari sport</li><li>• conoscere le funzioni e le potenzialità fisiologiche del nostro corpo</li></ul>	<b>ABILITA':</b> <i>-avere consapevolezza delle proprie capacità e saperle utilizzare per produrre gesti economici ed efficaci;</i> <i>-finalizzare il gesto fino ad ottenere il controllo del corpo e delle azioni;</i> <i>- utilizzare le abilità apprese in situazioni di gioco.</i>

<b>2) OBIETTIVO:</b> <span style="float: right;"><b>Primo Biennio</b></span> -Pratica sportiva e “fair play” (acquisizione del gesto tecnico)	
<b>COMPETENZE:</b> -Sperimentare esperienze di molteplici discipline sportive che permettano di conoscere alcune tecniche e regole di base e di avere consapevolezza del valore e del rispetto delle regole in ambiti diversi ; -Applicare i principi etici per un corretto e leale comportamento sportivo;	
<b>CONOSCENZE</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• conoscere il regolamento tecnico dei vari sport (pallavolo, calcio a5/7, tennistavolo, pallacanestro, atletica leggera, scacchi;</li><li>• conoscere le caratteristiche della funzione arbitrale(qualità necessarie) e i segnali arbitrali( almeno uno sport);</li><li>• -conoscere i fondamentali delle attività sportive proposte conoscere i valori etici dello sport (doping).</li></ul>	<b>ABILITÀ:</b> <i>-partecipare attivamente ai giochi sportivi proposti collaborando con gli altri e rispettando le regole;</i> <i>-assistere a manifestazioni sportive con atteggiamento rispettoso dello spirito sportivo sia nella vittoria, sia nella sconfitta;</i> <i>-saper effettuare i fondamentali delle attività sportive proposte (quinquennio) e saper adottare tattiche e strategie ( secondo biennio e quinto anno).</i>

<b>3) OBIETTIVO:</b> <span style="float: right;"><b>Primo biennio</b></span> <b>-Educazione alla salute: sicurezza, prevenzione degli infortuni e primo soccorso.</b>	
<b>COMPETENZE</b> Adottare comportamenti di tutela della salute e della sicurezza propria e altrui	
<b>CONOSCENZE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• conoscere pericoli e infortuni connessi alle attività motorie;</li> <li>• conoscere le principali norme di comportamento per i pericoli e infortuni;</li> <li>• conoscere i comportamenti efficaci e adeguati da adottare in caso di infortuni</li> </ul>	<b>ABILITA':</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><i>-mettere in atto comportamenti adeguati ai fini della sicurezza e prevenzione di pericoli e infortuni (sgombrare lo spazio da eventuali ostacoli, non masticare chewingum e non mangiare durante l'attività motoria, allacciarsi le scarpe, togliersi bracciali, anelli, piercing, auto controllare le proprie azioni motori</i></li> <li><i>-restituire il pallone di un altro gruppo di lavoro dal basso , con le mani e dosandone la forza;</i></li> <li><i>dosare la propria forza durante i giochi proposti rispettando gli spazi di lavoro di ogni gruppo...)</i></li> <li><i>-mettere in atto semplici procedure di primo soccorso in caso di infortuni e traumi sportivi</i></li> </ul>

<b>4) OBIETTIVO:</b> <span style="float: right;"><b>Primo biennio</b></span> <b>-Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico.</b> (Conoscenza delle principali modificazioni fisiologiche legate alla pratica sportiva e relative agli apparati: cardio-circolatorio, respiratorio e locomotore, in ambiente naturale).	
<b>COMPETENZE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Riconoscere le modificazioni fisiologiche relative all'allenamento attraverso il rilevamento della FC e degli atti respiratori</li> <li>• Riconoscere i benefici effetti dell'attività aerobica e delle attività motorie in ambiente naturale</li> </ul>	
<b>CONOSCENZE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• conoscere le modifiche fisiologiche relative all'allenamento;</li> <li>• conoscere l'adattamento fisiologico degli apparati cardio-respiratorio e locomotore allo sforzo;</li> <li>• conoscere i benefici dell'attività aerobica in ambiente naturale.</li> </ul>	<b>ABILITÀ':</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><i>- Comprendere ed esprimere gli effetti fisiologici dell'allenamento;</i></li> <li><i>- Comprendere ed esprimere i benefici che le attività aerobiche e in ambiente naturale producono sulla persona</i></li> </ul>

<b>1) OBIETTIVO:</b> <span style="float: right;"><b>Secondo Biennio</b></span>	
<b>Consapevolezza della propria corporeità:</b> - potenziamento capacità senso percettive, condizionali ( forza, velocità, resistenza, mobilità articolare) e coordinative, intesa come mezzo di espressione corporea (comunicazione non verbale) - ristrutturazione degli schemi corporei e motori.	
<b>COMPETENZE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Riconoscere le modificazioni fisiologiche relative all'allenamento attraverso il rilevamento della FC degli atti respiratori e del recupero dall'affaticamento.</li> </ul>	
<b>CONOSCENZE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Conoscere le funzioni e le potenzialità fisiologiche del proprio corpo</li> <li>Conoscere i principi scientifici che stanno alla base dell'allenamento e della prestazione motoria</li> <li>Riconoscere ed ideare sequenze di movimento .</li> </ul>	<b>ABILITA':</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><i>Comprendere ed esprimere gli effetti fisiologici dell'allenamento;</i></li> <li><i>elaborare risposte motorie personali sempre più efficaci</i></li> <li><i>organizzare percorsi e allenamenti mirati rispettando i principi di allenamento</i></li> </ul>

<b>2) OBIETTIVO:</b> <b>Lo sport, le regole del fair play .</b> <span style="float: right;"><b>Secondo biennio</b></span> Sport e cultura	
<b>COMPETENZE:</b> -Ampliare la cultura sportiva per fornire ulteriori opportunità di scelta ai fini di un migliore benessere. (ESEMPI: nuoto, atletica e scacchi).	
<b>CONOSCENZE:</b> -Conoscere il regolamento tecnico di: atletica leggera, nuoto e tecniche di salvamento, scacchi e caratteristiche della funzione arbitrale;  -conoscere le tecniche di esecuzione delle specialità di nuoto e atletica;  -conoscere le strategie del gioco degli scacchi.	<b>ABILITA':</b>  - <i>Descrivere le conoscenze acquisite relative ai regolamenti e le tecniche esecutive dei fondamentali;</i>  - <i>Partecipare attivamente nel gioco assumendo ruoli e responsabilità tattiche;</i>  - <i>scegliere l'attività o il ruolo più adatto alle proprie capacità fisico-tecniche.</i>

<b>3)OBIETTIVO: Salute , benessere, sicurezza e prevenzione:</b> <span style="float: right;"><b>Secondo biennio</b></span> -dipendenze da fumo, alcol, droghe, doping e malattie connesse ; -igiene alimentare.	
<b>COMPETENZE:</b> essere consapevoli dei comportamenti a rischio; -Adottare comportamenti corretti quotidianamente impegnandosi eventualmente ad eliminare quelli a rischio -Assumere un atteggiamento responsabile verso il proprio corpo (cura, corretto regime alimentare)	
<b>CONOSCENZE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• conoscere gli effetti del fumo, dell'alcol, delle droghe e del doping sull'organismo; conoscere i legami fra attività motoria, benessere e alimentazione:</li> <li>• conoscere gli elementi del primo soccorso.</li> </ul>	<b>ABILITA':</b> <i>-ad adottare comportamenti di prevenzione per evitare quelli a rischio;</i>  <i>-ad esprimere oralmente le conoscenze acquisite;</i>  <i>-a mettere in atto comportamenti alimentari corretti in funzione del proprio benessere e della pratica motoria e sportiva</i>

<b>4)OBIETTIVO: relazione con l'ambiente naturale e tecnologico</b> <span style="float: right;"><b>Secondo biennio</b></span> -muoversi negli spazi aperti rispettando ritmi e ambienti naturali; - orientarsi e organizzare attività in ambienti naturali anche con uso di strumenti tecnologici	
<b>COMPETENZE:</b> -sapere utilizzare correttamente i sussidi didattici e tecnologici; - conoscere il territorio e sapersi organizzare in attività sportive di classe e di istituto; -essere sensibile ai problemi ecologici /naturalisti.	
<b>CONOSCENZE:</b> - conoscere le attività in ambiente naturale e le loro caratteristiche;  -Conoscere le norme di sicurezza nei vari ambienti e condizioni( freddo, caldo, in pianura, in collina ecc.)	<b>ABILITA':</b> <i>-Sapersi orientarsi con l'uso di una bussola;</i>  <i>-saper adeguare abbigliamento e attrezzature alle diverse attività e alle condizioni meteo;</i>  <i>-capacità praticare in forma globale varie attività all'aria aperta ( calcetto, corsa,arrampicata ecc.)</i>

<b>1) OBIETTIVO:</b>		<b>Quinto anno</b>
<b>Consapevolezza della propria corporeità:</b> - potenziamento capacità senso percettive, condizionali ( forza, velocità, resistenza, mobilità articolare) e coordinative, intesa come mezzo di espressione corporea (comunicazione non verbale) - ristrutturazione degli schemi corporeo e motorio.		
<b>COMPETENZE</b> -Saper assumere una postura corretta riconoscendola come elemento fondamentale della salute e del benessere e strumento di prevenzione;  -saper compiere movimenti efficaci in relazione a situazioni specifiche della disciplina e trasferibili all'esterno della scuola (lavoro, tempo libero, salute);  - considerare le attività di movimento un'opportunità di espressione di sé e di interazione sociale		
<b>CONOSCENZE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• conoscere la senso-percezione in funzione della postura corretta .</li> <li>• conoscere le capacità condizionali, coordinative e la mobilità articolare e le loro caratteristiche di sviluppo</li> <li>• conoscere le manifestazioni e i significati della comunicazione corporea non verbale (posture, atteggiamenti, mimica, gesti ...)</li> </ul>		<b>ABILITA':</b> <i>-utilizzare efficacemente i dati senso-percettivi in funzione di una postura corretta, di un efficace controllo dei movimenti e della riuscita di azioni motorie e sportive;</i> <i>-eseguire correttamente azioni motorie e sportive finalizzate al miglioramento delle capacità condizionali ;</i> <i>-migliorare la forza dei principali distretti muscolari, eseguire movimenti veloci, efficaci ed economici, correre a ritmo costante per un tempo prolungato),</i> <i>- coordinative (realizzare movimenti che richiedano l'associazione di diverse parti del corpo in situazioni semplici e complesse, utilizzare le informazioni utili al mantenimento dell'equilibrio in situazioni statiche, dinamiche e di volo), e di mobilità articolare (compiere movimenti ampi con le principali articolazioni utilizzando anche lo stretching);</i> <i>-saper rappresentare tramite il movimento sensazioni, immagini, emozioni, stati d'animo, sentimenti, idee, e saperle esprimere con linguaggio verbale.</i>

<b>OBIETTIVO: Lo sport, le regole, il fair play;</b> <span style="float: right;"><b>Quinto anno</b></span> -affrontare il confronto agonistico con un'etica corretta, con rispetto delle regole e vero fair play.	
<b>COMPETENZE:</b> -agire in modo autonomo e responsabile; -acquisire e interpretare l'informazione; -collaborare e partecipare; - risolvere problemi.	
<b>CONOSCENZE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere le regole dei giochi praticati;</li> <li>• Conoscere strategie e tattiche dei giochi di squadra;</li> <li>• conoscere l'importanza dell' allenamento sull'attività sportiva;</li> <li>• conoscere il significato di attivazione e prevenzione dagli infortuni.</li> </ul>	<b>ABILITA':</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>assumere ruoli all'interno di un gruppo</i></li> <li>- <i>assumere individualmente ruoli specifici in squadra in relazione alle proprie potenzialità</i></li> <li>- <i>rielaborare e riprodurre gesti motori complessi</i></li> <li>- <i>accettare le decisioni arbitrali anche se ritenute sbagliate</i></li> <li>- <i>adattarsi e organizzarsi nei giochi di movimento e sportivi</i></li> </ul>

<b>OBIETTIVO: Salute, benessere, sicurezza e protezione;</b> <span style="float: right;"><b>Quinto anno</b></span> -traumatologia sportiva e primo soccorso.	
<b>COMPETENZE:</b> - essere consapevoli dei rischi connessi all'attività motoria e sportiva e adottare comportamenti corretti per evitare traumi nella vita di tutti i giorni; -adottare comportamenti corretti di primo soccorso in caso di traumi.	
<b>CONOSCENZE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• conoscere i principali traumi sportivi e le procedure di primo soccorso: alterazioni e traumi dell'apparato scheletrico, articolare e del sistema muscolare</li> <li>• conoscere causa dei traumi e prevenzione</li> </ul>	<b>ABILITA':</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Adottare comportamenti di prevenzione per evitare traumi (riscaldamento prima dell'attività motoria, rispettare i tempi di recupero in caso di traumi precedenti, riferire prima di iniziare l'attività se ci sono traumi in atto, evitare falli di reazione col solo scopo di fare del male</i></li> <li>• <i>Applicare correttamente semplici procedure di primo soccorso in caso di traumi sportivi</i></li> <li>• <i>Esprimere oralmente le conoscenze acquisite</i></li> </ul>

<b>4)OBIETTIVO: relazione con l'ambiente naturale e tecnologico:</b> <span style="float: right;"><b>Quinto anno</b></span> -imparare a mettere in atto comportamenti responsabili nei confronti del comune patrimonio ambientale; -a utilizzare la strumentazione tecnologica multimediale a ciò preposta; - a saper riconoscere benefici dell'attività all'aria aperta sull'organismo.	
<b>COMPETENZE:</b> saper agire in modo responsabile; - saper individuare collegamenti e relazioni con le altre discipline; -saper riconoscere i benefici effetti dell'attività aerobica e delle attività motorie in ambiente naturale.	
<b>CONOSCENZE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Conoscere le attrezzature necessarie per praticare l'attività sportiva all'aperto;</b></li> <li>• <b>Conoscere gli strumenti tecnologici di supporto all'attività fisica ( cardiofrequenzimetro,GPS ,tablet )</b></li> <li>• <b>Conoscere le norme di sicurezza nei vari ambienti e condizioni</b></li> </ul>	<b>ABILITA':</b> -orientarsi con l'uso di una carta e/o una Bussola; -praticare in forma globale varie attività all'aria aperta come escursionismo, arrampicata,sci, ciclismo,pattinaggio, nuoto; - <b>consapevolezza a gestire l'attrezzatura necessaria per svolgere in sicurezza l'attività scelta.</b>

## METODO

Per lo svolgimento delle varie attività verranno utilizzati prevalentemente il metodo **Globale - semidirettivo**.

### Interventi didattici;

- Presentare e socializzare il contratto formativo
- Somministrare alcuni test d'ingresso allo scopo di verificare le condizioni psicomotorie di base degli allievi e di adeguare alle esigenze degli stessi un'opportuna programmazione annuale
- Ogni procedura educativa rispetterà i principi di continuità, gradualità e progressività dei carichi di lavoro per consentire all'organismo di adattarsi agli stimoli e realizzare gli apprendimenti. A tale scopo si utilizzeranno esercizi a carico naturale, percorsi coordinativi, circuiti a stazioni con attrezzi, lavoro a coppie, esercizi a corpo libero anche con l'ausilio della musica, esercizi di ritmo
- Incoraggiare e gratificare valorizzando l'esperienza e le conoscenze degli alunni per ancorarvi nuovi contenuti e motivarli
- Utilizzare lezioni frontali, lavori di gruppo, giochi codificati e non, assegnazione di compiti secondo il principio della complessità crescente
- Attuare interventi adeguati nei riguardi della diversità realizzando percorsi didattici specifici
- Promuovere la consapevolezza del proprio modo di apprendere favorendo l'esplorazione e la scoperta
- Riconoscere le difficoltà incontrate per superarle, prendere atto degli errori commessi, comprendere le ragioni di un insuccesso, conoscere i propri punti di forza
- Sperimentare momenti di autogestione nell'organizzazione di attività sportive.

Si passa al terzo punto all'ordine del giorno;



### **3) Simulazioni di prove oggettive (tipo terza prova esami di Stato) per il triennio da somministrare per classi parallele;**

I docenti concordano nel somministrare prove strutturate con quesiti a risposta multipla e a risposta aperta per classi parallele.

#### **VERIFICHE**

Il conseguimento degli obiettivi didattici, individuati all'interno di quelli indicati dai programmi e in relazione ai bisogni degli studenti rilevati con la **valutazione iniziale**, verrà verificato con correttezza metodologica, cioè nel rispetto dei principi di **validità, affidabilità ed obiettività**. All'interno di ogni singolo obiettivo deve essere valutato il significativo miglioramento conseguito da ogni studente rispetto ai livelli di partenza. La valutazione terrà conto del grado di raggiungimento degli obiettivi comportamentali (impegno, interesse e partecipazione), degli obiettivi cognitivi (conoscenze teoriche) e di quelli operativi (competenze motorie) attraverso osservazioni sistematiche e prove di verifica relative al lavoro svolto. La valutazione sarà quindi un processo continuo. Le verifiche periodicamente effettuate individuali e di gruppo saranno sempre coerenti con gli obiettivi di apprendimento previsti. Il voto unico sarà la risultante di un punteggio parziale relativo a vari indicatori espressi e schematizzati nella scheda "griglia". **Si precisa che agli allievi esonerati dalla pratica, il punteggio relativo al 2° indicatore della griglia di valutazione, verrà attribuito in rapporto alla conoscenza teorica dei fattori di esecuzione del movimento.**

#### **IL DIPARTIMENTO DI SCIENZE MOTORIE :**

GALLIA GAETANO

PANSA ANGELA

MONACO MICHELE

**EBOLI, 03/09/2015**

