	PROGRAMMAZIONE DI DIPARTIMENTO	DISCIPLINA	ASSE
	AREA SCIENTIFICA	SCIENZE MOTORIE	
PROGRAMMAZIONE PER COMPETENZE SECONDO BIENNIO Anno Scolastico 2019/20			

PREMESSA

Le linee guida entro cui si articola e si definisce la seguente programmazione seguono l'indirizzo nazionale così come stabilito nei recenti interventi di riordino dell'istruzione secondaria di II°e si sviluppano secondo i criteri culturali, ambientali e territoriali, specifici della nostra realtà scolastica.

Il lavoro che segue rappresenta le programmazioni per competenze sviluppate tenendo conto delle conoscenze (sapere) e delle abilità (saper fare) nonché dei contenuti disciplinari che i docenti, nel pieno rispetto della libertà di insegnamento e nell'attenta consapevolezza delle esigenze e dei bisogni culturali e formativi delle classi ad essi affidate, sapranno realizzare in modo condiviso e unitario.

COMPETENZE CHIAVE DI CITTADINANZA

Le competenze chiave di Cittadinanza da acquisire al termine del secondo biennio sono trasversali ai vari assi culturali e quelle individuate vengono di seguito riportate.

- **Imparare a imparare**

Acquisire il proprio metodo di lavoro e di studio Individuare, scegliere ed utilizzare varie fonti e varie modalità di informazioni e di formazione (formale, non formale e informale) in funzione dei tempi disponibili e delle proprie strategie.

- **Progettare**

Elaborare e realizzare progetti riguardanti lo sviluppo delle proprie attività di studio e di lavoro. Utilizzare le conoscenze apprese per stabilire obiettivi significativi, realistici e prioritari e le relative priorità. Valutare vincoli e possibilità esistenti, definendo strategie di azione e verificando i risultati raggiunti

- **Comunicare**

Comprendere messaggi di genere diverso (quotidiano, letterario, tecnico, scientifico e motorio) e di diversa complessità. Rappresentare eventi, fenomeni, principi, concetti, norme, procedure, atteggiamenti, stati d'animo, emozioni, ecc. Utilizzare linguaggi diversi (verbale, matematico, scientifico, simbolico e corporeo) e diverse conoscenze disciplinari mediante diversi supporti (cartacei, informatici e multimediali)

- **Collaborare e partecipare**

Interagire in gruppo. Comprendere i diversi punti di vista. Valorizzare le proprie e le altrui capacità, gestendo la conflittualità. Contribuire all'apprendimento comune e alla realizzazione delle attività collettive, nel riconoscimento dei diritti fondamentali degli altri.

- **Agire in modo autonomo e consapevole**

Sapersi inserire in modo attivo e consapevole nella vita sociale Far valere nella vita sociale i propri diritti e bisogni. Riconoscere e rispettare i diritti e i bisogni altrui, le opportunità comuni Riconoscere e rispettare limiti, regole e responsabilità.

- **Risolvere problemi**

Affrontare situazioni problematiche Costruire e verificare ipotesi Individuare fonti e risorse adeguate Raccogliere e valutare i dati. Proporre soluzioni utilizzando contenuti e metodi delle diverse discipline, secondo il tipo di problema.

- **Individuare collegamenti e relazioni**

Individuare collegamenti e relazioni tra fenomeni, eventi e concetti diversi, anche appartenenti a diversi ambiti disciplinari e lontani nello spazio e nel tempo. Riconoscerne la natura sistemica, analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause ed effetti e la natura probabilistica. Rappresentarli con argomentazioni coerenti.

- **Acquisire e interpretare l'informazione**

Acquisire l'informazione ricevuta nei diversi ambiti e attraverso diversi strumenti comunicativi Interpretarla criticamente valutandone l'attendibilità e l'utilità, distinguendo fatti e opinioni Nel processo di acquisizione delle competenze chiave di Cittadinanza, le Scienze motorie contribuiranno come indicato nella seguente tabella.

Per il raggiungimento di tali obiettivi trasversali specificatamente alla mia materia intendo mirare ai seguenti obiettivi specifici:

1. L'acquisizione del valore della corporeità attraverso esperienze di attività motorie e sportive, di espressione e di relazione, in funzione della formazione di una personalità equilibrata e stabile.
2. Il consolidamento di una cultura motoria e sportiva quale costume di vita, intesa anche come capacità di realizzare attività finalizzate e di valutarne i risultati e di individuarne i mezzi pluridisciplinari
3. Il raggiungimento del completo sviluppo corporeo e motorio della persona attraverso l'affinamento della capacità di utilizzare le qualità fisiche e le funzioni neuro-muscolari
4. L'approfondimento operativo e teorico di attività motorie e sportive che, dando spazio anche alle attitudini e propensioni personali, favorisce l'acquisizione di capacità trasferibili all'esterno della scuola (lavoro, tempo libero, salute)
5. L'arricchimento della coscienza sociale attraverso la consapevolezza di sé e l'acquisizione della capacità critica nei riguardi del linguaggio del corpo e dello sport.

FINALITÀ

L'insegnamento delle scienze motorie nella scuola secondaria di secondo grado deve costituire il naturale proseguimento di quello svolto nella secondaria di primo grado. Esso concorre alla formazione degli studenti in un'era caratterizzata da rapidi ed intensi cambiamenti psico-fisici e da una grande disomogeneità, sia in relazione alle significative differenze esistenti fra i due sessi, sia per quanto concerne la variabilità del processo evolutivo individuale. Il piano di lavoro per le classi del biennio, oltre ad una adeguata rielaborazione degli schemi motori acquisiti in precedenza, prevede anche la ricerca di nuovi equilibri dopo la tormentata epoca puberale.

OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO

SECONDO BIENNIO

Nel secondo biennio l'azione di consolidamento e di sviluppo delle conoscenze e delle abilità degli studenti proseguirà al fine di migliorare la loro formazione motoria e sportiva. A questa età gli studenti, favoriti anche dalla completa maturazione delle aree cognitive frontali, acquisiranno una sempre più ampia capacità di lavorare con senso critico e creativo, con la consapevolezza di essere attori di ogni esperienza corporea vissuta.

- **La percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive.**

La maggior padronanza di sé e l'ampliamento delle capacità cognitive, condizionali ed espressive permetteranno agli studenti di realizzare movimenti complessi e di conoscere ed applicare alcune metodiche di allenamento tali da poter affrontare attività motorie e sportive di alto livello, supportate anche da approfondimenti culturali e tecnico-tattici.

Lo studente saprà valutare le proprie capacità e prestazioni confrontandole con le appropriate tabelle di riferimento e svolgere attività di diversa durata ed intensità, distinguendo le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica motoria e sportiva. Sperimenterà varie tecniche espressivo-comunicative in lavori individuali e di gruppo, che potranno suscitare un'autoriflessione ed un'analisi dell'esperienza vissuta.

- **Lo sport, le regole ed il fair play**

L'accresciuto livello delle prestazioni permetterà agli allievi un maggiore coinvolgimento in ambito sportivo, nonché la partecipazione e l'organizzazione di competizioni della scuola nelle diverse specialità sportive o attività espressive.


Lo studente coopererà in equipe utilizzando e valorizzando, con la guida del docente, le propensioni individuali e le attitudini a ruoli definiti; saprà osservare ed interpretare i fenomeni legati al mondo sportivo ed all'attività fisica; praticherà gli sport approfondendone la teoria, la tecnica e la tattica

- **Salute, benessere, sicurezza e prevenzione**


Ogni allievo saprà prendere coscienza della propria corporeità al fine di perseguire quotidianamente il proprio benessere individuale. Saprà adottare comportamenti idonei a prevenire infortuni nelle diverse attività, nel rispetto della propria e dell'altrui incolumità; egli dovrà pertanto conoscere le informazioni relative all'intervento di primo soccorso.

- **Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico**

Il rapporto con la natura si svilupperà attraverso attività che permetteranno esperienze motorie ed organizzative di maggiore difficoltà stimolando il piacere di vivere esperienze motorie ed organizzative di maggior difficoltà, stimolando il piacere di vivere esperienze diversificate sia individualmente che nel gruppo.

	PROGRAMMAZIONE DI DIPARTIMENTO	DISCIPLINA	ASSE
	AREA SCIENTIFICA	SCIENZE MOTORIE	
MODULI TERZO ANNO Anno Scolastico 2019/20			

Modulo 1	
Accrescere la padronanza del se	
Conoscenze	Conseguire un miglioramento delle capacità motorie.
Competenze	Saper coordinare azioni efficaci in situazioni complicate.
Abilità	Miglioramento delle proprie capacità motorie e coordinative.
Modulo 2	
Lo sport, le regole e il fair play	
Conoscenze	Approfondimento delle conoscenze relative alle tecniche e tattiche degli sport di squadra e individuali. Tornei, giochi, partite. Sport in ambiente urbano, aerobica, step, cardio- fitness.
Competenze	Affinare le tecniche e le tattiche di almeno due e degli sport programmati nei ruoli congeniali alle proprie attitudini.
Abilità	Assumere ruoli all'interno del gruppo in relazione alle proprie capacità individuali.
Modulo 3	
Salute, benessere, sicurezza e prevenzione	
Conoscenze	Conoscere i danni provocati da sostanze nocive: fumo, alcool, droghe, sostanze dopanti. Conoscere il concetto di salute come mantenimento, con regole di vita corrette e prevenzione.
Competenze	Saper applicare le regole dello star bene con un corretto stile di vita ed idonee prevenzioni. Essere consapevoli dei danni alla salute di alcune sostanze nocive. Saper rispettare i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.
Abilità	Assumere comportamenti finalizzati al miglioramento della salute.
Modulo 4	
Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico	
Conoscenze	Conoscere le caratteristiche dei vari ambienti naturali e delle possibilità che offrono Conoscere come tutelare e rispettare la natura. Conoscere come leggere carte e mappe ed utilizzare la bussola. Conoscere i pericoli che nasconde l'ambiente naturale. Orienteering e Trekking.
Competenze	Sapersi orientare con bussole carte e mappe Essere capaci di applicare comportamenti ecologici nel rispetto della natura. Sapere come equipaggiarsi ed abbigliarsi prima di un'escursione in ambiente naturale.
Abilità	Muoversi in sicurezza in diversi ambienti.

	PROGRAMMAZIONE DI DIPARTIMENTO	DISCIPLINA	ASSE
	AREA SCIENTIFICA	SCIENZE MOTORIE	
MODULI QUARTO ANNO Anno Scolastico 2019/20			

Modulo 1	
Percezione di sé e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive.	
Conoscenze	Conoscenza del corpo umano: L'apparato digerente e i principi di una corretta alimentazione e di come essa è utilizzata nell'ambito dell'attività fisica e sportiva Il fabbisogno energetico e il metabolismo Classificazione degli sport in base ai meccanismi di produzione energetica
Competenze	Accrescere la padronanza di sé. Saper valutare le proprie prestazioni e svolgere attività di diversa durata ed intensità
Abilità	Coordinare azioni efficaci in situazioni complesse
Modulo 2	
Lo sport, le regole e il fair play	
Conoscenze	Approfondimento delle conoscenze relative agli sport di squadra e individuali Approfondimento delle conoscenze tecniche, tattiche e teorie delle attività motorie, sportive ed espressive. Teoria dell'allenamento Partite, giochi, tornei Sport in ambiente urbano, aerobica, step, cardio-fitness
Competenze	Affinare le tecniche e le tattiche di almeno due degli sport programmati nei ruoli congeniali alle proprie attitudini
Abilità	Collaborazione nell'organizzazione di giochi, di competizioni sportive e della loro direzione arbitrale, assistenza
Modulo 3	
Salute, benessere, sicurezza e prevenzione	
Conoscenze	Conoscere il concetto di salute come mantenimento, con regole di vita corrette e prevenzione. Conoscere le norme igienico sanitarie sulla sessualità. AIDS ed Epatite.
Competenze	Saper applicare le regole dello star bene con un corretto stile di vita ed idonee prevenzioni Essere consapevoli dei danni alla salute di alcune sostanze nocive Rispettare i criteri di base per se e per gli altri.
Abilità	Assumere comportamenti finalizzati al miglioramento della salute
Modulo 4	
Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico.	
Conoscenze	Conoscere le caratteristiche dei vari ambienti naturali e delle possibilità che offrono Conoscere come tutelare e rispettare la natura Conoscere come leggere carte e mappe ed utilizzare la bussola. Conoscere i pericoli che nasconde l'ambiente naturale. Orienteering e Trekking.
Competenze	Sapersi orientare con bussole carte e mappe Essere capaci di applicare comportamenti ecologici nel rispetto della natura. Sapere come equipaggiarsi ed abbigliarsi prima di un'escursione in ambiente naturale.
Abilità	Muoversi in sicurezza in diversi ambienti.