



LICEO GINNASIO STATALE "BENEDETTO CAIROLI"
CON ANNESSA SEZIONE DI LICEO SCIENTIFICO E LICEO DELLE SCIENZE UMANE

PROGRAMMAZIONE DIPARTIMENTO DI SCIENZE MOTORIE

| CLASSE: QUINTA LICEO CLASSICO, SCIENTIFICO, SCIENZE UMANE | | | |
|--|---|---|-------------------------|
| NUCLEI DISCIPLINARI (CONOSCENZE) | ABILITA' | COMPETENZE | TEMPI INDICATIVI |
| PERCEZIONE DI SE' E COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITA' MOTORIE ED ESPRESSIVE | Riprodurre con fluidità i gesti tecnici delle attività affrontate; Utilizzare esercizi con un carico adeguato per allenare una capacità condizionale specifica; Controllare la respirazione e il dispendio energetico durante lo sforzo adeguandoli alla richiesta della prestazione | Conoscere tempi e ritmi dell'attività motoria, riconoscendo i propri limiti e potenzialità; Rielaborare il linguaggio espressivo adattandolo a contesti diversi | Intero anno scolastico |
| COORDINAZIONE SCHEMI MOTORI, EQUILIBRIO ED ORIENTAMENTO | Essere consapevoli di una risposta motoria efficace ed "economica". Gestire in modo autonomo la fase di | Rispondere in maniera adeguata alle varie afferenze (propriocettive ed esterocettive) anche | Intero anno scolastico |



LICEO GINNASIO STATALE "BENEDETTO CAIROLI"
CON ANNESSA SEZIONE DI LICEO SCIENTIFICO E LICEO DELLE SCIENZE UMANE

| | | | |
|---|--|--|------------------------|
| | avviamento in funzione dell'attività scelta | in contesti complessi, per migliorare l'efficacia dell'azione motoria | |
| LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIRPLAY | Assumere ruoli all'interno di un gruppo; Assumere individualmente ruoli specifici in squadra e in relazione alle proprie potenzialità; applicare, rispettare ed accettare le regole e le decisioni arbitrali; rispettare l'avversario e il suo livello di gioco | Conoscere e applicare le strategie tecnico-tattiche dei giochi sportivi; Affrontare il confronto con un'etica corretta, con rispetto delle regole e fairplay; Ipotizzare soluzioni per rafforzare i valori dello sport | Intero anno scolastico |
| SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PRIMO SOCCORSO | Essere in grado di collaborare e/o intervenire in caso d'infortunio; Assumere stili di vita e comportamenti attivi nei confronti della propria salute, intesa | Conoscere il codice comportamentale del primo soccorso, Sapere cosa bisogna fare e cosa no in relazione al trauma; conoscere i principi di una corretta | Aprile/Maggio |



LICEO GINNASIO STATALE "BENEDETTO CAIROLI"
CON ANNESSA SEZIONE DI LICEO SCIENTIFICO E LICEO DELLE SCIENZE UMANE

| | | | |
|--|---|---|--|
| | come fattore dinamico, conferendo il giusto valore all'attività fisico sportiva | alimentazione e di come essa viene utilizzata nell'ambito dell'attività fisica e nei vari sport | |
| ARGOMENTI TRATTABILI IN CHIAVE DI CITTADINANZA E COSTITUZIONE : Traumatologia e Primo soccorso, Il fairplay, L'alimentazione. | | | |

Il Dipartimento di Scienze Motorie

Andrea Spadaro

Placido Lavenia

Domenico Furfaro



LICEO GINNASIO STATALE "BENEDETTO CAIROLI"
CON ANNESSA SEZIONE DI LICEO SCIENTIFICO E LICEO DELLE SCIENZE UMANE

OBIETTIVI MINIMI

DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE

| | |
|--|--|
| Classe: QUINTA LICEO CLASSICO, SCIENTIFICO, SCIENZE UMANE | |
| NUCLEI DISCIPLINARI (CONOSCENZE) | ABILITA' |
| PERCEZIONE DI SE E COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITA' MOTORIE (CONDIZIONALI E COORDINATIVE) ED ESPRESSIVE | Controllare la respirazione e il dispendio energetico durante lo sforzo adeguandoli alla richiesta della prestazione |
| COORDINAZIONE SCHEMI MOTORI, EQUILIBRIO ED ORIENTAMENTO | Gestire in modo autonomo la fase di avviamento in funzione dell'attività scelta |
| LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIRPLAY | Rispettare ed accettare le regole e le decisioni arbitrali; rispettare l'avversario e il suo livello di gioco |
| SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PRIMO SOCCORSO | Essere in grado di intervenire in caso di traumi muscolari e tissutali; Conoscere e saper applicare il protocollo R.I.C.E. |

Il Dipartimento di Scienze Motorie

Andrea Spadaro

Placido Lavenia

Domenico Furfaro



LICEO GINNASIO STATALE "BENEDETTO CAIROLI"
CON ANNESSA SEZIONE DI LICEO SCIENTIFICO E LICEO DELLE SCIENZE UMANE

MOBILITA' INTERNAZIONALE

DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE

| | |
|---|--|
| CLASSE QUARTA LICEO CLASSICO, SCIENTIFICO, SCIENZE UMANE | |
| NUCLEI DISCIPLINARI IMPRESCINDIBILI (CONOSCENZE) | ABILITA' |
| SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PRIMO SOCCORSO | Conoscere il codice comportamentale del primo soccorso, le norme di sicurezza e gli interventi in caso di infortunio; Conoscere le problematiche legate al Doping. |

Il Dipartimento di Scienze Motorie

Andrea Spadaro

Placido Lavenia

Domenico Furfaro



LICEO GINNASIO STATALE "BENEDETTO CAIROLI"
CON ANNESSA SEZIONE DI LICEO SCIENTIFICO E LICEO DELLE SCIENZE UMANE

ALUNNI ESONERATI

Per gli alunni che richiederanno e otterranno l'esonero (intero anno scolastico o per un tempo determinato), gli obiettivi educativi saranno identici a quelli delle classi di appartenenza.

Per quanto riguarda le competenze operative si prevede quanto segue:

Competenze operative

Partecipazione attiva alle fasi di organizzazione della lezione intero anno scolastico

Controllo e aiuto al lavoro dei compagni intero anno scolastico

Esperienze di arbitraggio intero anno scolastico

Argomenti teorici inerenti la materia intero anno scolastico



VERIFICA E VALUTAZIONE DEGLI APPRENDIMENTI

La valutazione sarà espressa in un voto unico per quadrimestre e consentirà di quantificare sia la capacità esecutiva delle attività proposte, sia la conoscenza teorica degli aspetti tecnici della materia. Essa si attuerà mediante test motori specifici e verifiche scritte e/o orali per la parte teorica del programma, nonché attraverso l'osservazione sistematica degli alunni durante le lezioni e la valutazione di partecipazione impegno ed interesse dimostrati.

| TIPOLOGIE DI PROVE DI VERIFICA | NUMERO PROVE DI VERIFICA |
|--|---|
| <p>Prove pratiche :</p> <ul style="list-style-type: none">- Somministrazione di test motori (capacità condizionali e coordinative)- valutazione dei fondamentali degli sport di squadra trattati <p>Sarà inoltre fornita da ciascun docente al termine di ogni quadrimestre una valutazione riguardante l'impegno e la partecipazione degli alunni alle attività svolte in palestra,</p> | <p>Minimo 2 per quadrimestre</p> <p>Una per quadrimestre</p> |



LICEO GINNASIO STATALE "BENEDETTO CAIROLI"
CON ANNESSA SEZIONE DI LICEO SCIENTIFICO E LICEO DELLE SCIENZE UMANE

attraverso il conteggio delle astensioni degli stessi dalla parte pratica (penalizzando quelle senza valide giustificazioni) e le eventuali adesioni ad attività del Centro Sportivo Studentesco.

Prove scritte e/o orali

A discrezione di ciascun docente; minimo due prove orali e/o scritte per gli alunni esonerati per l'intero anno scolastico.

Vigevano, 12 settembre 2019

Il Dipartimento di Scienze Motorie

Andrea Spadaro

Placido Lavenia

Domenico Furfaro