



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 avviamento in funzione dell'attività scelta	Rispondere in maniera adeguata alle varie afferenze (propriocettive ed esterocettive) anche in contesti complessi, per	Intero anno scolastico



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

		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 come fattore dinamico, conferendo il giusto	Conoscere il codice comportamentale del primo soccorso, Sapere cosa bisogna fare e cosa no in relazione al trauma; conoscere i principi di una corretta alimentazione e di come essa viene	Aprile/Maggio



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

	valore all'attività fisico sportiva	utilizzata nell'ambito dell'attività fisica e nei vari sport	
ARGOMENTI TRATTABILI IN CHIAVE DI CITTADINANZA E COSTITUZIONE: Traumatologia e Primo soccorso, Il doping, Il fairplay, L'alimentazione.			

Il Dipartimento di Scienze Motorie

Andrea Spadaro, Placido Lavenia, Domenico Furfaro, Grossi Mattia, Vallin Paolo, Zanetti Carlo.



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, Grossi Mattia, Vallin Paolo, Zanetti Carlo.



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.



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

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, 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.</p> <p>Prove scritte e/o orali</p>	<p>Minimo 2 per quadrimestre</p> <p>Una per quadrimestre</p> <p>Minimo due prove orali e/o scritte per gli alunni esonerati a quadrimestre ed a discrezione di ciascun docente, come alternativa a quelle pratiche, per tutti gli alunni .</p>



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

DIDATTICA A DISTANZA

Permane la possibilità di effettuare lezioni e modalità di verifica attraverso l'utilizzo delle piattaforme digitali classroom e meet.

Vigevano, 30 ottobre 2023

Il Dipartimento di Scienze Motorie

Andrea Spadaro, Placido Lavenia, Domenico Furfaro, Grossi Mattia, Vallin Paolo, Zanetti Carlo.