



MINISTERO DELL'ISTRUZIONE,  
DELL'UNIVERSITÀ E DELLA RICERCA

## “LICEO STATALE SOCRATE - ROMA”

### CLASSICO - SCIENTIFICO

Via Padre Reginaldo Giuliani, 15 -00154 - Roma - Distretto 19°

### PROGRAMMAZIONE DIPARTIMENTO SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Anno Scolastico 2023/2024

#### SECONDO BIENNIO ED ULTIMO ANNO - Materie e docenti:

Materia	Docenti
Scienze motorie e sportive	Acerbi Silvia - D'Alessandro Giacomo - Chirra Santino - Magistro Gianmarco - Pes Giorgio

#### Normativa di riferimento:

- Raccomandazione del Parlamento europeo e del Consiglio 18 dicembre 2006 relativa a competenze chiave per l'apprendimento permanente;
- D.M. 22 agosto 2007 n. 139 - Regolamento recante norme in materia di adempimento dell'obbligo di istruzione;
- Linee Guida per l'obbligo di istruzione pubblicate in data 21 dicembre 2007, ai sensi del D.M. 22 agosto 2007 n. 139 art. 5 c. 1;
- D.M. 27 gennaio 2010 n. 9 - certificato delle competenze di base acquisite nell'assolvimento dell'obbligo di istruzione;
- Indicazioni per la certificazione delle competenze relative all'assolvimento dell'obbligo di istruzione nella scuola secondaria superiore allegate alla nota MIUR prot. 1208 del 12/4/2010;
- - D.P.R. 15 marzo 2010 n. 89 - Regolamento recante "Revisione dell'assetto ordinamentale, organizzativo e didattico dei licei";
- D.I. 7 ottobre 2010 n. 211 - Schema di Regolamento recante Indicazioni Nazionali riguardanti gli obiettivi specifici di apprendimento concernenti le attività e gli insegnamenti compresi nei piani di studio previsti per i percorsi liceali.
- Legge 20 agosto 2019 - Introduzione all'insegnamento dell'Educazione Civica
- D.M. n. 1, 12 maggio 2020 - Linee guida per l'insegnamento dell'Educazione Civica

Per il **PECUP (Profilo Educativo, Culturale e Professionale dello studente)** al termine del ciclo di studi si rimanda all'allegato A del D. L.vo n. 226, 17 ottobre 2005.

**Competenze chiave generali e abilità di base (raccomandazioni del Consiglio Europeo del 22 maggio 2018) declinate alle Scienze e Motorie Sportive**

Competenza	Obiettivo
Alfabetizzazione motoria	motivazione, confidenza, conoscenze e competenze fisiche nel mantenere un alto livello di attività motoria individuale nel corso della vita
Multilinguismo	il linguaggio del corpo come modalità' comunicativo-espressiva
competenze numeriche, scientifiche e ingegneristiche	Sport e performance, potenziamento-orientamento scientifico curvata nei settori ingegneristici e biomedici
competenze digitali e tecnologiche di base	Web reputation e utilizzo consapevole degli strumenti digitali nello sport
competenze interpersonali e la capacità di imparare nuove competenze	Life skills (Empatia, Gestione delle emozioni, Gestione dello stress, imparare ad imparare)
cittadinanza attiva	Life skills (Collaborare e partecipare, sport e inclusione, sport e parità di genere )
imprenditorialità	Life skills (Problem solving, agire in modo autonomo e responsabile, progettare)
consapevolezza ed espressione culturali	Life skills (Comunicazione efficace, Pensiero critico, Pensiero creativo, ecc.)

**1) PREMessa:** la presente programmazione indica a grandi linee i criteri metodologici, le esperienze fondamentali, i nuclei fondanti della disciplina considerati più rilevanti per perseguire le mete previste dal PECUP (Profilo Educativo, Culturale e Professionale dello studente) nel secondo biennio e ultimo anno, in coerenza con le competenze d'asse e con le competenze di cittadinanza attiva e di Educazione Civica.

Le scienze motorie e sportive contribuiscono insieme alle altre materie di curricolo, a sviluppare le competenze generali e specifiche utili a fornire allo studente un orientamento curricolare completo. Il riconoscimento che ogni disciplina concorre a sviluppare negli studenti queste competenze, avvalendosi delle conoscenze, delle abilità e contenuti peculiari della materia, permette di costruire nel tempo una sinergia fra le varie discipline, così che gli apprendimenti vengano guidati in modo più organico, intervenendo sui nodi problematici con sinergie convergenti. Nel rispetto delle normative ministeriali relative agli obiettivi, competenze e autonomia didattica, si terrà conto nello sviluppo della programmazione di disciplina, delle *competenze di natura metacognitiva* (imparare ad apprendere, a progettare, a monitorare e a valutare), *relazionale* (saper lavorare in gruppo anche in contesti diversi) o *attitudinale* (autonomia e creatività), e *culturale* (conoscere il proprio e altrui patrimonio culturale in funzione di una consapevolezza espressiva di elementi provenienti anche da culture diverse), tese al processo di sviluppo della personalità dello studente e rispettose delle competenze europee.

La nuova normativa sulla didattica scolastica propone come fine lo sviluppo delle *competenze* degli studenti, mentre le discipline sono dei mezzi, degli strumenti.

Le competenze sono per loro natura trasversali, perché coinvolgono sempre tutte le dimensioni della persona secondo una logica di integralità e di unitarietà.

Nelle Scienze Motorie e Sportive l'insieme delle competenze convogliano in almeno tre *macro ambiti* della disciplina: movimento, gioco e sport, salute e benessere;

Per questi sono stati indicati gli obiettivi specifici di apprendimento suddivisi in conoscenze e abilità.

**LINEE METODOLOGICHE:**

Sia per la parte pratica che per quella teorica il lavoro sarà proposto individualmente, a coppie, in gruppo o in squadra. Considerando l'età, il livello di partenza e la capacità di apprendere degli studenti, l'insegnante utilizzerà il metodo globale, quello analitico e il globale nell'analitico.

Nello specifico si fa riferimento alla programmazione per classi dei singoli docenti.

**2) COMPETENZE DI ASSE E CONOSCENZE, DISTINTE PER DISCIPLINA E PER ANNO, PERSEGUITE NEL SECONDO BIENNIO E ULTIMO ANNO.**

L'insieme delle competenze convogliano in almeno tre *macro ambiti* della disciplina:

il movimento, gioco e sport, salute e benessere.

SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE	SECONDO BIENNIO (III - IV anno)	
Competenze relative all'asse	Abilità	Saperi essenziali
<p><i>Il movimento</i></p> <p>Elabora e attua risposte motorie adeguate in situazioni più complesse</p>	<p>Ampliare le capacità coordinative e condizionali, realizzando schemi motori più complessi</p> <p>Riconoscere le variazioni fisiologiche e le proprie potenzialità</p>	<p>Conoscere le proprie potenzialità motorie</p> <p>Conoscere i propri limiti e quelli altrui nella prestazione sportiva</p>
<p><i>Gioco e sport</i></p> <p>Pratica autonomamente attività sportive scegliendo tattiche e strategie</p> <p>Conosce il regolamento tecnico in modo approfondito, in funzione del gioco e dei ruoli</p>	<p>Trasferire autonomamente tecniche sportive proponendo varianti</p> <p>Approfondire la terminologia e il regolamento tecnico (pratica)</p>	<p>Approfondire la conoscenza tecnica dei giochi di squadra e individuali proposti</p> <p>Conoscere la terminologia e il regolamento tecnico (teorico) nel rispetto dell'altro</p>
<p><i>Salute e benessere</i></p> <p>Fornisce dei riferimenti culturali e comportamentali orientati alla sicurezza, alla salute e al benessere</p>	<p>Orientamento alla prevenzione sportiva, al Primo soccorso e all'adozione dei sani Stili di Vita pratici e relazionali in diversi ambienti</p>	<p>Conoscere il corpo umano e le sue interazioni per lo sviluppo di sani stili di vita</p> <p>Educazione alla sicurezza stradale e ambientale</p> <p>Disagio relazionale ed educazione alla convivenza civile</p>

<b>1° ASSE - IL MOVIMENTO</b> (Il corpo in movimento nelle variabili spazio e tempo, nello sviluppo delle abilità motorie e nelle modificazioni fisiologiche.)		<b>III - IV ANNO</b>
<b>CONOSCENZE</b>	<b>OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO</b>	<b>ABILITÀ</b>
conoscere le proprie potenzialità motorie	rielaborare la propria corporeità attraverso gli schemi motori di base  imparare a gestire i ritmi fisiologici sotto sforzo: cardiocircolatorio, respiratorio e muscolare, migliorare la mobilità articolare	ampliare le capacità coordinative e condizionali, realizzando schemi motori più complessi  riconoscere le variazioni fisiologiche e le proprie potenzialità
<b>COMPETENZA (anche di cittadinanza attiva ed Educazione Civica)</b>		
Elabora e attua risposte motorie adeguate in situazioni complesse nel rispetto della persona umana		

<b>2° ASSE - GIOCO E SPORT</b> (La conoscenza e pratica delle attività sportive)		<b>III - IV ANNO</b>
<b>CONOSCENZE</b>	<b>OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO</b>	<b>ABILITÀ</b>
conoscere la tecnica dei giochi di squadra e individuali proposti  conoscere il regolamento tecnico, in funzione del gioco (teoria)  Conosce il regolamento tecnico in modo approfondito, riconoscendo le funzioni di arbitri e giudici	la percezione spazio-temporale con la valutazione delle distanze, delle altezze e delle traiettorie  la coordinazione dinamica globale e segmentaria  la valutazione dell'applicazione della forza e resistenza  il controllo e la finalizzazione dei movimenti tesi alla precisione motoria  l'attenzione e la concentrazione	trasferire autonomamente tecniche sportive proponendo varianti  Applicare le giuste coordinazioni motorie in funzione delle richieste sportive  approfondire la terminologia, il regolamento tecnico e il fair play in funzione della partecipazione di eventi sportivi  Utilizzare le regole sportive come strumento di convivenza civile
<b>COMPETENZA (anche di cittadinanza attiva ed Educazione Civica)</b>		
Pratica autonomamente attività sportiva con fair play, scegliendo personali tattiche e strategie  Utilizzare le regole sportive come strumento di convivenza civile		

<b>3° ASSE - SALUTE E BENESSERE</b> (Il benessere personale tra alimentazione, sicurezza e pratica motoria)		<b>III - IV ANNO</b>
<b>CONOSCENZE</b>	<b>OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO</b>	<b>ABILITÀ</b>
<p>conoscere il corpo umano</p> <p>conoscere le norme di prevenzione essenziali di primo soccorso</p> <p>conoscere gli aspetti di sicurezza e prevenzione in ambito scolastico, sociale e ambientale</p> <p>Conoscere i fondamenti dell'alimentazione</p>	<p>tutela della salute</p> <p>primo soccorso</p> <p>alimentazione e stili di vita</p> <p>sicurezza stradale</p> <p>sicurezza ambientale</p>	<p>orientarsi nell'ambito scientifico della materia;</p> <p>applicare le norme e i sani comportamenti di prevenzione e sicurezza per se stessi e gli altri nei diversi contesti;</p> <p>assumere stili di vita e comportamenti attivi nei confronti della salute dinamica, conferendo il giusto valore all'attività fisica e sportiva e alla corretta alimentazione.</p>
<b>COMPETENZA (anche di cittadinanza attiva ed Educazione Civica)</b>		
Si orienta nella sfera personale e sociale ad assumere comportamenti e civili.		

<b>1° ASSE - IL MOVIMENTO</b> (Il corpo in movimento nelle variabili spazio e tempo, nello sviluppo delle abilità motorie e nelle modificazioni fisiologiche.)		<b>V ANNO</b>
<b>CONOSCENZE</b>	<b>OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO</b>	<b>ABILITÀ</b>
<p>Elabora e attua risposte motorie adeguate in situazioni complesse</p> <p>Riconoscere le variazioni fisiologiche e le proprie potenzialità</p>	<p>Avere consapevolezza delle proprie attitudini e abilità ai fini della propria performance</p> <p>Riconoscere le variazioni fisiologiche e le proprie potenzialità in situazione di stress</p>	<p>avere consapevolezza delle proprie attitudini nell'attività motoria</p> <p>riconoscere le variazioni fisiologiche e le proprie potenzialità</p>
<b>COMPETENZA (anche di cittadinanza attiva ed Educazione Civica)</b>		
Elabora e attua risposte motorie adeguate in situazioni complesse nel rispetto della persona umana		

<b>2° ASSE - GIOCO E SPORT</b> (La conoscenza e pratica delle attività sportive)		<b>V ANNO</b>
<b>CONOSCENZE</b>	<b>OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO</b>	<b>ABILITÀ</b>
Pratica autonomamente attività sportive scegliendo tattiche e	Trasferire autonomamente tecniche sportive	adattare la tecnica

strategie	<i>proponendo varianti nel contesto</i>	alle situazioni richieste in forma personale
Conosce il regolamento tecnico in modo approfondito, in funzione del gioco, dei ruoli, della squadra	Padroneggiare la terminologia <i>e il regolamento tecnico (pratica) curvato al contesto sportivo</i>	padroneggiare la terminologia, il regolamento tecnico e il fair play (anche in funzione dell'arbitraggio)

**COMPETENZA (anche di cittadinanza attiva ed Educazione Civica)**

Pratica autonomamente attività sportiva con fair play, scegliendo personali tattiche e strategie anche nell'organizzazione, interpretando al meglio la cultura sportiva. Utilizzare le regole sportive come strumento di convivenza civile

<b>3° ASSE - SALUTE E BENESSERE (Il benessere personale tra alimentazione, sicurezza e pratica motoria)</b>		<b>V ANNO</b>
<b>CONOSCENZE</b>	<b>OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO</b>	<b>ABILITÀ</b>
conoscere il corpo umano  conoscere le norme di prevenzione e di intervento del primo soccorso(*)  conoscere gli aspetti di sicurezza e prevenzione in ambito scolastico , sociale e ambientale(*)  (modulo a scelta del docente)  Conoscere i principi dell'alimentazione	tutela della salute  primo soccorso  alimentazione e stili di vita  sicurezza stradale  sicurezza ambientale	orientarsi nell'ambito scientifico della materia  applicare le norme e i comportamenti di prevenzione e sicurezza per se stessi e gli altri nei diversi contesti. assumere stili di vita e comportamenti attivi nei confronti della salute dinamica, conferendo il giusto valore all'attività fisica e sportiva e alla corretta alimentazione.
<b>COMPETENZA (anche di cittadinanza)</b>		
Si orienta nella sfera personale e sociale ad assumere comportamenti civili.		

**3) STRUMENTI DI VALUTAZIONE**

La valutazione della disciplina si avvale di una serie di strumenti che danno la possibilità al discente di poter essere valutato in maniera completa e confluiscono nel RE in un voto unico "PRATICO" finale , con un minimo di due voti per ogni quadrimestre. Gli strumenti di verifica possono essere: pratico, scritto e orale.

Tali strumenti di verifica possono utilizzare prove strutturate, semi-strutturate e non strutturate riferite agli assi della disciplina e possono svolgersi in forma individuali a coppie e di gruppo.

**4) VALUTAZIONE DELLE COMPETENZE ACQUISITE** (rubriche) Indicatori e descrittori dei livelli di conseguimento delle competenze da utilizzare per le prove di competenza e/o valutazioni finali:

- La valutazione **pratica** degli apprendimenti avverrà con l'osservazione individuale e continua, e/o con prove specifiche; la valutazione **teorica** si avvarrà di prove scritte e/o orali declinate alla programmazione di classe dei singoli docenti.
  - La valutazione del livello relazionale e metacognitivo avverrà con l'osservazione individuale e continua, tenendo conto delle attitudini personali, dell'impegno, della collaborazione all'interno del gruppo/classe, della partecipazione/operatività, dell'approccio alla corretta valutazione e autovalutazione. Fare riferimento all'allegato B.1 e B.1\_DSA-BES per le griglie di valutazione.
- ✓ Definizione di competenza motoria indica la capacità di usare conoscenze, abilità e capacità personali, sociali e metodologiche in ambito ludico, sportivo, del benessere. Le competenze sono espresse in termini di responsabilità, autonomia e consapevolezza.
- ✓ Definizione di standard motorio: definisce una soglia accettabile per determinare il possesso (l'acquisizione) di una competenza.
- ✓ Definizione di livello di competenza: esprime il grado di possesso qualitativo e quantitativo della competenza.

IL DIPARTIMENTO DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE