



ISIS "Giulio Natta" –
Bergamo

ISIS "Giulio Natta" – Bergamo

**PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE
D'ISTITUTO a.s. 2016/2017**

pag. 1 di 5

**Disciplina Scienze motorie e sportive
secondo biennio**

<i>competenze</i>		
MOVIMENTO		
<i>conoscenze</i>	<i>abilità</i>	<i>tipologia e numero delle prove di verifica previste</i>
Conoscere le proprie potenzialità (punti di forza e criticità)	Ampliare le capacità coordinative e condizionali, realizzando schemi motori complessi utili ad affrontare attività motorie e sportive.	Pratica 1 Scritta 1
Conoscere il ritmo nelle/delle azioni motorie sportive complesse	Percepire riprodurre e variare il ritmo delle azioni.	Pratica 1
Conoscere le caratteristiche delle attività motorie e sportive collegate al territorio ed alla sua salvaguardia.	Organizzare ed applicare attività/percorsi motori e sportivi individuali ed in gruppo nel rispetto dell'ambiente.	Pratica 1 Scritta 1
Conoscere i principi fondamentali della teoria ed alcune metodiche di allenamento.	Distinguere le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica sportiva; assumere posture corrette in relazione all'attività motoria praticata.	Pratica 1 Scritta 1
<i>competenze</i>		
LINGUAGGI DEL CORPO		
<i>conoscenze</i>	<i>abilità</i>	<i>tipologia e numero delle prove di verifica previste</i>
Conoscere i codici della comunicazione corporea anche in relazione alla pratica sportiva.	Interpretazione dei gesti arbitrali	Pratiche 1 Scritte 1
Conoscere le caratteristiche del ritmo in funzione del movimento.	Ideare e realizzare sequenze ritmiche espressive e complesse individuali, a coppie, in gruppo in modo personale.	Pratica 1



ISIS "Giulio Natta" –
Bergamo

ISIS "Giulio Natta" – Bergamo

PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE D'ISTITUTO a.s. 2016/2017

pag. 2 di 5

competenze

GIOCO E SPORT

<i>conoscenze</i>	<i>abilità</i>	<i>tipologia e numero delle prove di verifica previste</i>
Conoscere la teoria e la pratica delle tecniche dei fondamentali (individuali e di squadra) dei giochi e degli sport proposti.	Trasferire e realizzare le tecniche adattandole alle capacità ed alle situazioni anche proponendo varianti.	Pratiche 1 Scritte 1
Conoscenza di alcuni schemi di gioco relativi alle discipline sportive praticate.	Trasferire e realizzare strategie e tattiche nelle attività sportive.	Pratica 1
Conoscere semplici tattiche e strategie dei giochi e degli sport praticati.	Partecipare in forma propositiva alla scelta e alla realizzazione di strategie e tattiche delle attività sportive.	Pratica 1
Conoscere la terminologia ed il regolamento delle attività sportive praticate.	Assumere i diversi ruoli in campo ed arbitrare una fase di gioco della classe nel rispetto dei ruoli.	Pratica 1

SALUTE E BENESSERE

CONOSCENZE	ABILITA'	<i>tipologia e numero delle prove di verifica previste</i>
Conosce le procedure per la sicurezza ed il primo soccorso.	Adottare comportamenti funzionali alla sicurezza nelle diverse attività. Applicare le procedure del Primo Soccorso.	Scritta 1
Conoscere gli aspetti relativi all'alimentazione.	Assumere comportamenti attivi rispetto all'alimentazione.	Teorica 1
Conoscere il concetto di "Salute Dinamica".	Assumere comportamenti adeguati a mantenere e migliorare la "Salute Dinamica"	Teorica 1



ISIS "Giulio Natta" –
Bergamo

ISIS "Giulio Natta" – Bergamo

PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE D'ISTITUTO a.s. 2016/2017

pag. 3 di 5

Macroargomenti che verranno trattati nel corso del corrente anno scolastico:

Miglioramento delle qualità fisiche;
Miglioramento della funzione neuro-muscolare;
Acquisizione di capacità operative sportive

Acquisizione di informazioni teorico pratiche relative alla disciplina e all'aspetto della salute dinamica

Strategie didattiche previste per favorire/migliorare i processi di apprendimento:

Si cercherà costantemente di confrontare la richiesta fatta agli alunni, con il livello che di volta in volta questi possono realizzare o raggiungere; di conseguenza gli obiettivi saranno continuamente adeguati.

Saranno possibili, per ogni attività proposta, momenti di recupero delle capacità non ancora sufficienti

Uso di supporti didattici utili alla realizzazione di efficaci percorsi flessibili:

Si allega la griglia valutativa di riferimento.

Attività motorie di tipo condizionale	2-3	4	5	6	7	8	9-10
Conoscenza: sa cosa e quali sono le "capacità condizionali"							
Competenze: esegue attività che relative alle "cap. cond." in modo ...							
Capacità: sa valutare caratteristiche relative alle proprie "cap. cond." in modo ...							
Attività motorie di tipo coordinativo	2-3	4	5	6	7	8	9-10
Conoscenza: sa cosa sono le "capacità coordinative"							



ISIS "Giulio Natta" –
Bergamo

**PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE
D'ISTITUTO a.s. 2016/2017**

ISIS "Giulio Natta" – Bergamo

pag. 5 di 5

Competenze							
Esegue il gesto tecnico o il movimento in modo ...							
Capacità							
Concorre a realizzare compiti di giuria e alle organizzazione delle attività in modo ...							

2-3 - non conosce, non esegue, non riesce, non conforme, non sa descrivere, denota disimpegno, non organizza, ...

4- impreciso, vago, confuso, disorganico, poco rispondente, poco preciso, improprio, ...

5 - con alcune imprecisioni, permangono carenze, poco fluido, ...

6 - adeguato, aderente, accettabile, soddisfacente, positivo, errori non determinanti, rielaboraz. essenziale ...

7 - adatto, pertinente, efficace, confacente, riesce a rielaborare, ...

8 – conforme alla richiesta e alla consegna, con esecuzione efficace e fluida, utilizza le tecniche appropriate, ...

9, 10 - possiede una padronanza del gesto o della situazione, applica in modo autonomo e utilizza le tecniche in modo appropriato, ...

Bergamo, li...30 settembre 2016