

ISIS"Giulio Natta" – Bergamo	PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE D'ISTITUTO a.s. 2022/2023	
ISIS"Giulio Natta" – Bergamo		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 Scritte1
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	PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE D'ISTITUTO a.s. 2022/2023	
ISIS"Giulio Natta" – Bergamo		pag. 2 di 5

<i>Competenze</i>		
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 Scritte1
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 le posture corrette e il concetto di paramorfismo e dimorfismo.	Riconoscer i diversi paramorfismi e dismorfismi ed applicare le attività utili alla loro prevenzione e/o correzione.	Scritta o pratica
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" – <i>Bergamo</i>	PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE D'ISTITUTO a.s. 2022/2023	
ISIS"Giulio Natta" – <i>Bergamo</i>		pag. 3 di 5

N. B. La sezione **GIOCO E SPORT**, quest'anno, a causa del Coronavirus, non potrà essere sviluppata in forma pratica. Durante la fase di emergenza sanitaria, salvo nuove disposizioni, si potranno approfondire i contenuti teorici dei singoli giochi sportivi (fondamentali, tecnica, tattica, gesti arbitrali, conoscenze relative alla storia specifica di ogni singolo gioco sportivo), in attesa di una successiva fase pratica, che potrebbe anche essere sviluppata in corso d'anno, qualora la situazione dovesse cambiare.

Macro-argomenti 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.

ISIS"Giulio Natta" – Bergamo	PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE D'ISTITUTO a.s. 2022/2023	
ISIS"Giulio Natta" – Bergamo		pag. 4 di 5

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"							
Competenze: esegue attività che relative alle "cap. coord." in modo ...							
Capacità: sa valutare caratteristiche relative alle proprie "cap. coord." in modo ...							
Attività sportive o dei giochi	2-3	4	5	6	7	8	9-10
Conoscenze							
Conosce le regole dei giochi praticati							
Conosce i fondamentali dei giochi							
Competenze							
Utilizza i fondamentali individuali in modo ...							
Si muove nel campo di gioco secondo i principi di base di schemi semplici di attacco e difesa							

ISIS"Giulio Natta" – <i>Bergamo</i>	PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE D'ISTITUTO a.s. 2022/2023	
ISIS"Giulio Natta" – <i>Bergamo</i>		pag. 5 di 5

Capacità							
Sa descrivere il movimento dei fondamentali in modo ...							
E' capace di arbitrare una partita tra i compagni in modo ...							
Attività sportive individuali	2-3	4	5	6	7	8	9-10
Conoscenze							
Conosce le regole e le dinamiche dell'attività proposta							
Competenze							
Esegue il gesto tecnico o il movimento in modo ...							
Capacità							
Concorre a realizzare compiti di giuria e all'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, rielaborazione 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, 21 settembre 2022