



ISTITUTO D'ISTRUZIONE SUPERIORE

MIIS024004@pec.istruzione.it MIIS024004@pec.istruzione.it

Codice Fiscale.: 94004480151 – Codice univoco: UF1007 Codice Meccanografico MIIS024004

SEDE – Uffici di Segreteria

I.P.I.A. VIMERCATE Via B. Cremagnani, 18 - 20871 Vimercate (MI)

tel 039.608.06.47 039.685.27.94 fax 039.608.05.09

SEDI ASSOCIATE

I.P.C.T. "A. OLIVETTI" Via Adda, 6 - 20871 Vimercate (MI) tel. 039.685.41.09 fax 039.691.82.85

LICEO SCIENZE UMANE Via Adda, 6 20871 Vimercate (MI) tel. 039.685.41.09 fax 039.691.82.85



CURRICOLO VERTICALE

**DIPARTIMENTO DI SCIENZE
MOTORIE E SPORTIVE**

METODOLOGIE DIDATTICHE:

- LEZIONE FRONTALE
- LAVORO DI GRUPPO
- DISCUSSIONE GUIDATA
- LEZIONE INTERATTIVA
- DIVISIONE CLASSE IN GRUPPI DI LIVELLO
- PROBLEM SOLVING

STRUMENTI:

- MATERIALE VISIVO (L.I.M. E VIDEO)
- ATTREZZATURE PRESENTI NELLA PALESTRA
- APPUNTI E DISPENSE
- LIBRO DI TESTO

CRITERI DI VALUTAZIONE:

- LIVELLO INDIVIDUALE DI ACQUISIZIONE DELLE CONOSCENZE, ABILITA' E COMPETENZE
- PROGRESSO RISPETTO AL LIVELLO DI PARTENZA
- IMPEGNO
- INTERESSE
- PARTECIPAZIONE
- FREQUENZA
- COMPORTAMENTO

GRIGLIA DI VALUTAZIONE

Con riferimento ai criteri di valutazione e di misurazione indicati nel PTOF:

Voto	Indicatori
1-2-3	Non conosce le informazioni, le regole e la terminologia di base. Non è in grado di applicarle né di comunicarle (NON HA CONSEGUITO GLI OBIETTIVI)
4	Conosce in maniera frammentaria e superficiale informazioni, regole e terminologia di base; commette gravi errori nell'applicazione e nella comunicazione (NON HA CONSEGUITO GLI OBIETTIVI FONDAMENTALI)
5	Conosce parzialmente le informazioni, le regole, il lessico di base che applica con difficoltà anche in situazioni note; evidenzia carenze nella comunicazione (HA CONSEGUITO SOLO IN PARTE GLI OBIETTIVI)
6	Conosce e comprende le informazioni, le regole e la terminologia di base, pur non riuscendo ad applicarle in maniera autonoma in situazioni note. Evidenzia semplicità e linearità nella comunicazione (HA CONSEGUITO GLI OBIETTIVI FONDAMENTALI)
7	Conosce e comprende le informazioni, le regole e la terminologia di base della disciplina; le applica e comunica con sostanziale correttezza, in situazioni note senza commettere gravi errori (HA DISCRETAMENTE CONSEGUITO GLI OBIETTIVI)
8	Conosce e comprende le informazioni, le regole e la terminologia della disciplina; le applica anche in situazioni non note, opportunamente guidato, senza commettere errori gravi; comunica in modo appropriato (HA CONSEGUITO GLI OBIETTIVI)
9	Conosce e comprende le informazioni, le regole e la terminologia di base; le applica correttamente anche a situazioni non note; sa autonomamente collegare argomenti diversi; sa comunicare in modo preciso ed esauriente utilizzando in modo appropriato il linguaggio specifico (HA PIENAMENTE

	RAGGIUNTO GLI OBIETTIVI)
10	Conosce e comprende le informazioni, le regole e la terminologia di base; le applica correttamente anche a situazioni non note; sa autonomamente collegare argomenti diversi; sa comunicare in modo preciso ed esauriente utilizzando in modo appropriato il linguaggio specifico; approfondisce autonomamente ed in modo originale e brillante i diversi argomenti, sa valorizzare il proprio lavoro. (HA PIENAMENTE RAGGIUNTO GLI OBIETTIVI; ECCELLENZA)

PROVE PER CLASSI PARALLELE

CLASSI PRIME

TEST D'INGRESSO: QUESTIONARIO
TEST CAPACITA' CONDIZIONALI "MOTORFIT"

PROVE FINALI: PROVA TEORICA SCRITTA STRUTTURATA – PERCORSO A CORPO LIBERO/PICCOLI ATTREZZI

CLASSI SECONDE

TEST D'INGRESSO:
TEST CAPACITA' CONDIZIONALI "MOTORFIT"
TEST INVALSI CON CONFRONTO VALUTAZIONI FINALI

PROVE FINALI: PROVA TEORICA SCRITTA SEMISTRUTTURATA – PERCORSO A CORPO LIBERO/PICCOLI E GRANDI ATTREZZI

CLASSI TERZE

TEST D'INGRESSO:
TEST CAPACITA' CONDIZIONALI "MOTORFIT"
PROVE FINALI: PROVA TEORICA SCRITTA SOMMATIVA SECONDO I CRITERI VIGENTI DELL'ESAME DI STATO

CLASSI QUARTE

TEST D'INGRESSO:
TEST CAPACITA' CONDIZIONALI "MOTORFIT"
PROVE FINALI:
PROVA TEORICA SCRITTA SOMMATIVA SECONDO I CRITERI VIGENTI DELL'ESAME DI STATO

CLASSI QUINTE

TEST D'INGRESSO:
TEST CAPACITA' CONDIZIONALI "MOTORFIT"
SIMULAZIONI: SECONDO I CRITERI VIGENTI DELL'ESAME DI STATO

PREMESSA

Vengono di seguito riportate le definizioni di CONOSCENZE, ABILITA', COMPETENZE, per la compilazione delle tabelle suddivise in primo biennio, secondo biennio, quinto anno.

CONOSCENZE: indicano il risultato dell'assimilazione di informazioni attraverso l'apprendimento. Le conoscenze sono l'insieme di fatti, principi, teorie e pratiche, relative ad un settore di studio o di lavoro. Nel Quadro europeo delle Qualifiche e dei Titoli (European Qualifications Framework - EQF), le conoscenze sono descritte come teoriche e/o pratiche;

ABILITA': indicano le capacità di applicare conoscenze e di usare know-how per portare a termine compiti e risolvere problemi. Nel Quadro europeo delle Qualifiche e dei Titoli, le abilità sono descritte come cognitive (uso del pensiero logico, intuitivo e creativo) e pratiche (che implicano l'abilità manuale e l'uso di metodi, materiali, strumenti);

COMPETENZE: indicano la comprovata capacità di usare conoscenze, abilità e capacità personali, sociali e/o metodologiche, in situazioni di lavoro o di studio e nello sviluppo professionale e/o personale., Nel Quadro europeo delle Qualifiche e dei Titoli le "competenze" sono descritte in termini di responsabilità e autonomia.

ASSE CULTURALE DI RIFERIMENTO: ASSE DEI LINGUAGGI – ALTRI LINGUAGGI

COMPETENZE LEGATE ALLO SVILUPPO DELLA PERSONA, NELLA COSTRUZIONE DEL SE':

1 - agire in modo autonomo e responsabile

- a. Sapersi inserire in modo attivo e consapevole nella vita sociale
- b. Riconoscere per sé diritti, doveri e bisogni
- c. Riconoscere e rispettare i diritti e i bisogni altrui, le opportunità comuni
- d. Riconoscere e rispettare limiti, regole e responsabilità

COMPETENZE DI CARATTERE METODOLOGICO E STRUMENTALE:

2- Imparare ad imparare

- a. Organizzare il proprio apprendimento ed il proprio tempo
- b. Sviluppare strategie efficaci di apprendimento
- c. Sperimenta soluzioni creative

3- Progettare

- a) Elaborare e porre in essere progetti riguardanti lo sviluppo delle proprie capacità psicofisiche
- b) Utilizzare le conoscenze e le esperienze pregresse per stabilire obiettivi significativi e realistici
- c) Valutare difficoltà/potenzialità interne ed esterne elaborando strategie di azione e verificando i risultati raggiunti in rapporto alle proprie aspettative
- d) Impegnarsi nell'organizzazione delle attività sportive di classe e di istituto definendo tempi, modi e ruoli.

4- Risolvere problemi

- a. Affrontare situazioni problematiche anche a livello espressivo, motorio
- b. Costruire e verificare ipotesi di soluzione

- d. Valutare le soluzioni messe in atto e rielaborare i dati di feed back
- e. Proporre soluzioni utilizzando contenuti e metodi delle diverse discipline, secondo il tipo di problema

5- Individuare collegamenti e relazioni

- a. Individuare collegamenti e relazioni tra fenomeni, eventi e concetti diversi, anche appartenenti a diversi ambiti disciplinari e lontani nello spazio e nel tempo
- b. Riconoscere la natura sistemica, analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause ed effetti all'interno del proprio corpo e della propria motricità

6- Acquisire ed interpretare le informazioni

- a. Sviluppare e consolidare la propria sensibilità (visiva, uditiva, cinestetica, ecc) attraverso le attività motorie
- b. Sviluppare il senso critico

COMPETENZE DI RELAZIONE

7- Comunicare

- a. Comprendere messaggi di genere diverso
- b. Rappresentare in modo efficace, utilizzando i diversi registri comunicativi, atteggiamenti, stati d'animo, emozioni, ecc.
- c. Rileggere i comportamenti in situazione di gioco per migliorare la propria capacità espressiva non verbale.

8- Collaborare e partecipare

- a. Interagire e collaborare all'interno di un gruppo
- b. Comprendere i diversi punti di vista
- c. Valorizzare le proprie e le altrui capacità, rendendo positivo il conflitto e l'agonismo
- d. Contribuire all'apprendimento comune e alla realizzazione delle attività collettive, nel riconoscimento dei diritti, delle capacità/limiti degli altri

CLASSI PRIME E SECONDE PROFESSIONALI

CONOSCENZE	ABILITA'	COMPETENZE	OBIETTIVI MINIMI
Percezione del proprio corpo e decodificazione sensoriale.	Elaborare risposte motorie. Assumere posture adeguate alle situazioni motorie	1. b. Riconoscere per sé diritti, doveri e bisogni c. Riconoscere e rispettare i diritti e i bisogni altrui, le opportunità comuni d. Riconoscere e rispettare limiti, regole e responsabilità	Partecipare alle attività proposte con impegno e migliorando rispetto alla situazione di partenza
Riconoscere le potenzialità del proprio corpo, le posture e le funzione fisiologiche scheletriche e muscolari. Riconoscere un ritmo	Saper eseguire progressioni motorie (con e senza attrezzi). Distinguere differenze ritmiche	2. Organizzare il proprio apprendimento ed il proprio tempo b. Sviluppare strategie efficaci di apprendimento	Eseguire con regolarità e impegno il programma di lavoro assegnato

nelle azioni			
Conoscere i principi fondamentali della sicurezza stradale, in palestra, a scuola e negli spazi aperti. Conoscere alcuni elementi del primo soccorso	Assumere comportamenti idonei alla propria sicurezza in palestra, a scuola, negli spazi aperti, in strada. Applicare alcuni elementi del primo soccorso.	3. d) Impegnarsi nell'organizzazione delle attività sportive di classe e di istituto definendo tempi, modi e ruoli.	Conosce ed esegue in modo sufficientemente sicuro le procedure di primo soccorso.
Conoscere gli strumenti che servono per raggiungere e mantenere un buon livello di forma fisica.	Acquisire nuove capacità motorie e abilità tecniche nei vari settori sportivi. Prendere coscienza e consapevolezza degli schemi motori per lo sviluppo della propria corporeità.	4. a. Affrontare situazioni problematiche anche a livello espressivo, motorio	Rielaborare gli schemi motori di base.
Percepire e riconoscere il ritmo delle azioni.	Riprodurre il ritmo nei gesti e nelle azioni, anche tecniche degli sport.	6. a. Sviluppare e consolidare la propria sensibilità (visiva, uditiva, cinestesica, ecc) attraverso le attività motorie	Saper riprodurre semplici sequenze ritmiche.
Riconoscere le differenze tra il movimento funzionale e il movimento espressivo.	Ideare e realizzare semplici sequenze di movimento e situazioni mimiche di espressione corporea.	7. C. Rileggere i comportamenti in situazione di gioco per migliorare la propria capacità espressiva non verbale.	Saper descrivere i movimenti del corpo con linguaggio specifico.
Conoscere ed applicare le regole di comportamento di rispetto e di collaborazione.	Avere un comportamento serio e responsabile nel contesto sportivo.	8. a. Interagire e collaborare all'interno di un gruppo b. Comprendere i diversi punti di vista	Rispetto delle principali regole e collaborazione con i compagni nei giochi di squadra.

CLASSI TERZE E QUARTE PROFESSIONALI

CONOSCENZE	ABILITA'	COMPETENZE	OBIETTIVI MINIMI
Il linguaggio specifico della disciplina	Utilizzare le conoscenze di base acquisite negli anni precedenti.	a. Sapersi inserire in modo attivo e consapevole nella vita sociale c. Riconoscere e rispettare i diritti e i bisogni altrui, le opportunità comuni d. Riconoscere e rispettare limiti, regole e responsabilità	Partecipare alle attività proposte con impegno e migliorando rispetto alla situazione di partenza

<p>Conoscere le potenzialità del movimento del corpo, le posture corrette, riferite al potenziamento fisiologico e al miglioramento delle capacità condizionali e coordinative.</p>	<p>Rielaborare gli apprendimenti acquisiti e applicarli in situazioni diverse</p>	<p>a) Elaborare e porre in essere progetti riguardanti lo sviluppo delle proprie capacità psicofisiche b) Utilizzare le conoscenze e le esperienze pregresse per stabilire obiettivi significativi e realistici c) Valutare difficoltà/potenzialità interne ed esterne elaborando strategie di azione e verificando i risultati raggiunti in rapporto alle proprie aspettative</p>	<p>Partecipare alle attività proposte con impegno e migliorando rispetto alla situazione di partenza</p>
<p>I fondamentali tecnici dei giochi sportivi praticati, semplici tattiche e strategie di gioco, il regolamento e il fair play. • Conoscere la terminologia, il regolamento e la tecnica dei giochi di squadra e degli sport affrontati e l'aspetto educativo e sociale dello sport. • Le regole di comportamento, di rispetto e di collaborazione</p>	<p>Adattare le abilità tecniche alle varie situazioni di gioco, partecipare alla scelta e realizzazione di strategie e tattiche; sperimentare diversi ruoli, il fair play e l'arbitraggio.</p>	<p>4. b. Costruire e verificare ipotesi di soluzione d. Valutare le soluzioni messe in atto e rielaborare i dati di feedback</p> <p>5. b. Riconoscere la natura sistemica, analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause ed effetti all'interno del proprio corpo e della propria motricità</p> <p>6. Sviluppare il senso critico</p> <p>7, a. Comprendere messaggi di genere diverso b. Rappresentare in modo efficace, utilizzando i diversi registri comunicativi, atteggiamenti, stati d'animo, emozioni, ecc.</p>	<p>Eseguire con regolarità e impegno il programma di lavoro assegnato</p>
<p>Tenere un comportamento corretto, rispettoso e collaborativo. • Mettere in pratica le norme igienico-sanitarie. • Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza in palestra, a scuola e negli spazi aperti.</p>	<p>Conoscere le regole di comportamento, di rispetto e di collaborazione. • Le principali nozioni igienico-sanitarie e i principi fondamentali per la sicurezza. • Conoscere il primo intervento di pronto soccorso nei casi più</p>	<p>8 c. Valorizzare le proprie e le altrui capacità, rendendo positivo il conflitto e l'agonismo d. Contribuire all'apprendimento comune e alla realizzazione delle attività collettive, nel riconoscimento dei diritti, delle capacità/limiti degli altri</p>	<p>Conosce ed esegue in modo sufficientemente sicuro le procedure di primo soccorso.</p>

comuni di incidente.

CLASSI QUINTE PROFESSIONALI

CONOSCENZE	ABILITA'	COMPETENZE	OBIETTIVI MINIMI
<ul style="list-style-type: none"> Conoscere le procedure di applicazione del protocollo bls conoscere i principali infortuni dell'apparato locomotore conoscere gli effetti delle sostanze dopanti sull'organismo 	<ul style="list-style-type: none"> sapere applicare correttamente le procedure di primo soccorso saper riconoscere le diverse situazioni di infortunio. sa valutare i rischi connessi a stili di vita poco salutari e ad intraprendere percorsi per il mantenimento del proprio stato di salute 	1. a. Sapersi inserire in modo attivo e consapevole nella vita sociale c. Riconoscere e rispettare i diritti e i bisogni altrui, le opportunità comuni	Conosce ed esegue in modo sufficientemente sicuro le procedure di primo soccorso.
Conoscere una attività /sport alternativo a quelli proposti tradizionalmente (es. Ultimate, giocoleria, skateboard, slack line...)	Sa giocare e utilizzare l'attrezzatura relativa all'attività proposta	2. c. Sperimenta soluzioni creative	Partecipare alle attività proposte con impegno e migliorando rispetto alla situazione di partenza
Conoscere il principio di omeostasi e di supercompensazione 2. conoscere la fisiologia muscolare ed organica per pianificare un allenamento 3. conoscere le modalità di allenamento per il miglioramento dei sistemi organici e del sistema muscolare	<ul style="list-style-type: none"> eseguire le attività rispettando serie, ripetizioni e recuperi è in grado di pianificare un allenamento per un compagno e di seguirlo nel tempo, monitorandone i risultati. 	4. e. Proporre soluzioni utilizzando contenuti e metodi delle diverse discipline, secondo il tipo di problema	Eseguire con regolarità e impegno il programma di lavoro assegnato
<ul style="list-style-type: none"> Conoscere la classificazione, i fattori, le principali metodiche di allenamento relative alle condizioni (resistenza, velocità, mobilità articolare ed elasticità) 	Svolgere attività di diversa durata ed intensità. Vincere o opporsi a resistenze rappresentate dal proprio corpo o esterne Compiere movimenti	5. a. Individuare collegamenti e relazioni tra fenomeni, eventi e concetti diversi, anche appartenenti a diversi ambiti disciplinari e lontani nello spazio e nel tempo b. Riconoscere la natura sistemica, analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause	Eseguire con regolarità e impegno il programma di lavoro assegnato

<p>muscolare)</p>	<p>nel più breve tempo possibile. Valutare le proprie prestazioni confrontandole con appropriate tabelle di riferimento</p>	<p>ed effetti all'interno del corpo e nella motricità</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere regolamenti e gli aspetti tecnico tattici dei giochi di squadra 	<ul style="list-style-type: none"> • Eseguire i diversi gesti fondamentali collettivi • Applicare strategie tecnico-tattiche per la risoluzione di situazioni problematiche di gioco e di sostegno al compagno in difficoltà. • Saper applicare i regolamenti arbitrando il gioco attraverso una comunicazione efficace 	<p>8. c. Valorizzare le proprie e le altrui capacità, rendendo positivo il conflitto e l'agonismo</p> <p>d. Contribuire all'apprendimento comune e alla realizzazione delle attività collettive, nel riconoscimento dei diritti, delle capacità/limiti degli altri</p>	<p>Partecipa all'attività pratica con regolarità ed impegno, portando il materiale idoneo alla lezione da svolgere</p>

Vimercate, li

DOCENTI
