

## QUINTO ANNO

NUCLEO FONDANTE	OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO	COMPETENZE	CONOSCENZE	ABILITÀ
<b>La percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive</b> <b>UDA 1</b>	Sviluppare attività motoria complessa, adeguata ad una completa maturazione personale	Saper esprimere un'attività motoria complessa e adeguata alla completa maturazione personale	Conoscere le modalità corrette di pratiche sportive e motorie adeguate all'espressione della propria maturazione personale	Saper svolgere attività sportive e motorie con piena consapevolezza e in modo adeguato alla propria maturazione personale
	Conoscere ed aver consapevolezza degli effetti positivi generati dai percorsi di preparazione fisica specifici	Saper apprezzare gli effetti positivi generati dai percorsi di preparazione fisica specifici	Conoscere le modalità attuazione dei percorsi di preparazione fisica specifici	Saper sviluppare attività nei percorsi di preparazione fisica specifici
	Osservare ed interpretare fenomeni connessi al mondo dell'attività motoria e sportiva con riferimento al contesto socioculturale	Saper riconoscere e valutare i fenomeni connessi al mondo dell'attività motoria e sportiva	Conoscere i fenomeni connessi al mondo dell'attività motoria e sportiva	Saper interpretare i fenomeni connessi al mondo dell'attività motoria e sportiva
<b>Lo sport, le regole e il fair play</b> <b>UDA 2</b>	Conoscere ed applicare strategie tecnico tattiche dei giochi sportivi	Saper praticare giochi sportivi applicando adeguate strategie tecnico tattiche	Conoscere le strategie tecnico tattiche dei principali giochi sportivi	Saper applicare le strategie tecnico tattiche dei giochi sportivi nelle situazioni date
	Affrontare il confronto agonistico con etica sportiva, rispettando le regole del fair play	Saper affrontare il confronto agonistico con etica sportiva, rispettando le regole del fair play	Conoscere i principi dell'etica sportiva e del fair play	Saper applicare le regole dell'etica sportiva e del fair play alle situazioni date
	Svolgere ruoli di direzione dell'attività sportiva, organizzare e gestire eventi sportivi nel tempo scuola ed extra scuola	Saper svolgere ruoli di direzione dell'attività sportiva, organizzare e gestire eventi sportivi nel tempo scuola ed extra scuola	Conoscere le principali modalità di gestione e organizzazione degli eventi sportivi	Saper gestire ed organizzare eventi sportivi svolgendo anche compiti di direzione
<b>Salute, benessere, sicurezza e prevenzione</b> <b>UDA 3</b>	Assumere stili di vita e comportamenti attivi nei confronti della propria salute	Saper conferire il giusto valore all'attività fisica e sportiva	Conoscere i principi fondamentali dei comportamenti attivi utili al mantenimento del benessere psico fisico	Saper adottare i comportamenti adeguati al mantenimento del benessere psicofisico
		Saper applicare le conoscenze dei principi generali di una corretta alimentazione e di come essa è utilizzata nell'ambito dell'attività	Conoscere i principi generali di una corretta alimentazione	Saper rispettare i principi generali di una corretta alimentazione
			Conoscere gli effetti di una corretta alimentazione in relazione	Saper adottare una corretta alimentazione adeguata alla

		fisica e nei vari sport	alla pratica sportiva	pratica sportiva
<b>Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico</b> <b>UDA 4</b>	Mettere in atto comportamenti responsabili nei confronti del comune patrimonio ambientale, tutelando lo stesso ed impegnandosi in attività ludiche e sportive in diversi ambiti	Saper mettere in atto comportamenti responsabili nei confronti del comune patrimonio ambientale, tutelando lo stesso ed impegnandosi in attività ludiche e sportive in diversi ambiti	Conoscere i comportamenti responsabili nei confronti del comune patrimonio ambientale	Sapersi impegnare in attività ludiche e sportive in ambiti diversi adottando comportamenti responsabili

## CLASSE QUINTA

### CONTENUTI DISCIPLINARI ESPOSTI PER MODULI.

I contenuti e le durate dei moduli, basati su quelli minimi indicati nella Programmazione di Dipartimento, vanno tarati per la specifica classe di riferimento.

### **MODULO 1: PERCEZIONE DI SÉ E COPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITA' MOTORIE ED ESPRESSIVE**

Contenuti:

- Conoscere anatomia e fisiologia dei principali sistemi ed apparati (sistema nervoso).
- Conoscere la teoria dell'allenamento e i diversi metodi della ginnastica (dolce, posturale ecc.).
- Saper eseguire esercizi e sequenze motorie a corpo libero e con attrezzi.
- Saper produrre con fluidità gesti tecnici.
- Saper riprodurre esercizi con carico adeguato e fissare obiettivi per migliorare.
- Saper osservare criticamente i fenomeni connessi al mondo dello sport e saper illustrare l'aspetto sociale ed educativo dello sport.
- Conoscere le problematiche legate al doping.

Obiettivi minimi: Conoscere diversi metodi di allenamento ed illustrare l'aspetto educativo e sociale dello sport.

### **MODULO 2: LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY**

Contenuti:

- Pallavolo: conoscere regole, tecniche e tattiche. Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di gioco. Trovare il ruolo più adatto. Accettare le decisioni arbitrali. Aiutare i compagni. Arbitrare ed organizzare un torneo.
- Dodgeball e giochi della tradizione: conoscere regole, tecniche e tattiche. Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di gioco. Trovare il ruolo più adatto. Accettare le decisioni arbitrali. Aiutare i compagni. Arbitrare ed organizzare un torneo.
- Pallamano e Tchoukball: conoscere regole, tecniche e tattiche. Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di gioco. Trovare il ruolo più adatto. Accettare le decisioni arbitrali. Aiutare i compagni. Arbitrare ed organizzare un torneo.
- Badminton: conoscere regole, tecniche e tattiche. Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di gioco. Trovare il ruolo più adatto. Accettare le decisioni arbitrali. Aiutare i compagni. Arbitrare ed organizzare un torneo.
- Beach tennis - Tennis: conoscere regole, tecniche e tattiche. Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di gioco. Trovare il ruolo più adatto. Accettare le decisioni arbitrali. Aiutare i compagni. Arbitrare ed organizzare un torneo.
- Calcio - Calciotto: conoscere regole, tecniche e tattiche. Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di gioco. Trovare il ruolo più adatto. Accettare le decisioni arbitrali. Aiutare i compagni. Arbitrare ed organizzare un torneo.
- Pallacanestro: conoscere regole, tecniche e tattiche. Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di gioco. Trovare il ruolo più adatto. Accettare le decisioni arbitrali. Aiutare i compagni. Arbitrare ed organizzare un torneo.
- Atletica: conoscere regole, tecniche e tattiche. Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di gioco. Trovare il ruolo più adatto. Accettare le decisioni arbitrali. Aiutare i compagni. Arbitrare ed organizzare un torneo.

- Tennis tavolo: conoscere regole, tecniche e tattiche. Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di gioco. Trovare il ruolo più adatto. Accettare le decisioni arbitrali. Aiutare i compagni. Arbitrare ed organizzare un torneo.
- Biliardo: conoscere regole, tecniche e tattiche. Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di gioco. Trovare il ruolo più adatto. Accettare le decisioni arbitrali. Aiutare i compagni. Arbitrare ed organizzare un torneo.
- Calcio balilla: conoscere regole, tecniche e tattiche. Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di gioco. Trovare il ruolo più adatto. Accettare le decisioni arbitrali. Aiutare i compagni. Arbitrare ed organizzare un torneo.
- Ultimate frisbee: conoscere regole, tecniche e tattiche. Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di gioco. Trovare il ruolo più adatto. Accettare le decisioni arbitrali. Aiutare i compagni. Arbitrare ed organizzare un torneo.
- Bocce: conoscere regole, tecniche e tattiche. Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di gioco. Trovare il ruolo più adatto. Accettare le decisioni arbitrali. Aiutare i compagni. Arbitrare ed organizzare un torneo.
- Rugby: conoscere regole, tecniche e tattiche. Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di gioco. Trovare il ruolo più adatto. Accettare le decisioni arbitrali. Aiutare i compagni. Arbitrare ed organizzare un torneo.
- Baseball: conoscere regole, tecniche e tattiche. Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di gioco. Trovare il ruolo più adatto. Accettare le decisioni arbitrali. Aiutare i compagni. Arbitrare ed organizzare un torneo.
- Sport adattati e integrati: torball, sitting volley, baslikin, pallamano seduti, calcio per non vedenti: conoscere regole, tecniche e tattiche. Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di gioco. Trovare il ruolo più adatto. Accettare le decisioni arbitrali. Aiutare i compagni. Arbitrare ed organizzare un torneo.

Obiettivi minimi: saper praticare in forma globale i vari giochi sportivi conoscendo tecnica e tattica ed il loro valore educativo. Affrontare il confronto agonistico con un'etica corretta, rispetto delle regole e fair play. Svolgere ruoli di direzione dell'attività sportiva (organizzare e gestire eventi sportivi).

### **MODULO 3: SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE**

Contenuti:

- Assumere stili di vita e comportamenti attivi conferendo il giusto valore all'attività sportiva.
- Saper intervenire in caso di piccoli traumi ed emergenza.
- Conoscere le tecniche di primo soccorso e la tecnica RCP.
- Saper assumere comportamenti alimentari responsabili, organizzare la propria alimentazione.
- Conoscere i principi di una corretta dieta e come utilizzarla nello sport.

Obiettivi minimi:

- Conoscere e assumere stili di vita attivi. Conoscere le tecniche di primo soccorso e RCP. Conoscere i principi di una sana alimentazione.

## **MODULO 4: RELAZIONE CON L'AMBIENTE NATURALE E TECNOLOGICO**

Contenuti:

- Conoscere le norme sulla sicurezza nei vari ambienti.
- Saper praticare in forma globale attività all'aria aperta.
- Sapersi orientare con l'uso di una mappa e una bussola.
- Saper scegliere consapevolmente e gestire l'attrezzatura necessaria per svolgere una attività.
- Saper utilizzare in maniera appropriata gli strumenti tecnologici ed informatici.

Obiettivi minimi:

- Conoscere le norme di sicurezza e gestire l'attrezzatura per una attività all'aria aperta.

## **MODULO 5: EDUCAZIONE CIVICA E COMPETENZE DI CITTADINANZA**

Contenuti:

- Educazione civica: i valori dello sport e i benefici dello sport.
- Agire in modo responsabile.
- Acquisire ed interpretare le informazioni.
- Risolvere i problemi.
- Imparare a imparare.
- Collaborare e partecipare.
- Comunicare.
- Progettare.
- Individuare collegamenti e relazioni.
- Visione di film sul tema del Fair play e delle Olimpiadi.
- Visione di film sulla disabilità e lo sport integrato/adattato.
- Conoscere le storie di atleti che hanno scelto il bene dalla Shoah al tempo presente rimarcando il valore sociale dello sport.

Obiettivi minimi:

- Conoscere la carta del Fair play, i valori dello sport e i benefici dello sport.

## **COMPETENZE MINIME / OBIETTIVI MINIMI DI DIPARTIMENTO:**

Per obiettivi minimi si intendono quelle competenze e conoscenze che deve possedere l'alunno per proseguire nel corso di studi:

- Partecipare attivamente alle lezioni;
- Dimostrare impegno ed interesse alle attività proposte;
- Eseguire in modo basilare le gestualità motorie e tecniche proposte;
- Conoscere in modo sommario i contenuti delle lezioni teoriche svolte.

## **METODOLOGIE E MODALITÀ DI LAVORO:**

- Lezioni frontali. Lezioni partecipate. Lezioni con l'ausilio di audiovisivi.
- Lezioni con esperti esterni.
- Problem solving. Metodo analitico. Metodo globale. Cooperative learning. Peer tutoring.
- Uscite didattiche sportive (learning by doing).

## **MATERIALI DIDATTICI:**

- Impianti sportivi: palestra, campo di atletica e basket esterno, campi da tennis, spazi all'aperto.
- Attrezzature: tutte le attrezzature presenti nei suddetti spazi.
- Documenti slide, fotocopie, audiovisivi.
- Classroom e registro elettronico.
- Libro di testo: i docenti di scienze motorie consigliano il libro:
  - Titolo: Attivi! Sport e sane abitudini. Scienze motorie per la secondaria di secondo grado.
  - Casa editrice: Dea Scuola – Marietti Scuola
  - Autori: E. Chiesa – L. Montalbetti – G. Fiorini – D. Taini
  - Prezzo: 21,50 Euro

## **TIPOLOGIA E NUMERO DELLE PROVE DI VERIFICA:**

- Test motori, prove misurate o cronometrate, osservazione sistematica, prove orali, prove scritte.
- 2/3 voti a quadrimestre.
- Verifica dei prerequisiti, formativa in itinere e sommativa. Compiti di realtà.
- Autovalutazione.

## **ATTIVITÀ DI SOSTEGNO E DI RECUPERO:**

- In itinere utilizzando prove facilitate.
- Per gli alunni esonerati dalle lezioni pratiche il percorso didattico sarà incentrato sulla conoscenza degli argomenti svolti con verifiche orali e scritte.

## **GIUDIZIO SOSPESO:**

Come già enunciato precedentemente, questi sono i criteri di ammissione alla classe successiva:

- Partecipare attivamente alle lezioni;
  - Dimostrare impegno ed interesse alle attività proposte;
  - Eseguire in modo basilare le gestualità motorie e tecniche proposte;
  - Conoscere in modo sommario i contenuti delle lezioni teoriche svolte. Nel caso in cui non vengano raggiunti, l'alunno avrà la sospensione del giudizio.
- Il recupero verrà valutato con prova orale o scritta sul programma svolto durante gli esami di verifica del giudizio sospeso (agosto/settembre).

## **ATTRIBUZIONE DEI VOTI NELLO SCRUTINIO:**

Nel primo e secondo quadrimestre, con voto unico, la valutazione proposta sarà frutto della media dei voti conseguiti nelle singole prove, dell'impegno e partecipazione durante le lezioni di scienze motorie.

## GRIGLIA DI VALUTAZIONE DISCIPLINARE

<b>VOTO E GRADO DI PREPARAZIONE</b>	<b>DESCRITTORE DEL LIVELLO DI APPRENDIMENTO RAGGIUNTO</b>
<b>1</b> RIFIUTO DI SOTTOPORSI A VERIFICA	Assenza di elementi per la valutazione. L'alunno si rifiuta di sottoporsi a verifiche orali o pratiche o consegna in bianco verifiche scritte.
<b>2</b> PREPARAZIONE NULLA	Dispone di conoscenze tali da non consentire di dare alcun tipo di contributo al lavoro in classe; non svolge i compiti assegnati e non studia a casa; evidenzia gravissime lacune di base e non mostra miglioramenti; non riesce a produrre testi con contenuti significativi e comprensibili.
<b>3</b> NETTA IMPREPARAZIONE	Dispone di conoscenze tali da non consentire di dare alcun tipo di contributo al lavoro in classe; non svolge i compiti assegnati e non studia a casa; ha conoscenze limitate e disorganiche; commette gravi errori nell'esecuzione delle prove; non ha padronanza dei termini specifici e del linguaggio della disciplina.
<b>4</b> GRAVEMENTE INSUFFICIENTE	Dispone di conoscenze tali da consentire di dare un contributo al lavoro in classe sporadico e limitato; svolge i lavori a casa in modo scorretto ed incompleto; ha conoscenze frammentarie e superficiali; commette gravi errori e non riesce a correggersi in modo autonomo; utilizza terminologia della disciplina in modo limitato; non partecipa alle lezioni pratiche adducendo motivazioni futili e pretestuose.
<b>5</b> INSUFFICIENTE	Dispone di conoscenze tali da consentire di dare un contributo al lavoro in classe sporadico e limitato, pur contribuendo parzialmente al lavoro in classe; svolge i lavori a casa in modo incompleto e non sempre corretto; applica le conoscenze commettendo gravi errori; non è autonomo nell'analisi degli errori e nei collegamenti interdisciplinari; usa il linguaggio specifico in modo impreciso; partecipa saltuariamente alle lezioni pratiche con atteggiamento poco collaborativo sia con il docente che con i compagni.
<b>6</b> SUFFICIENTE	Dispone di conoscenze tali da dare un contributo al lavoro in classe pertinente se pur limitato; svolge lavori a casa in modo essenziale; applica le conoscenze facendo analisi e sintesi in modo autonomo e con limitati errori; possiede l'uso del linguaggio specifico e lo usa in modo accettabile; dispone di qualità motorie a livello basilare; partecipa alle lezioni pratiche evidenziando interesse ed impegno accettabili, ma influenzato dalla specificità delle proposte.



<p style="text-align: center;"><b>7</b> DISCRETO</p>	<p>Dispone di conoscenze tali da dare un contributo al lavoro in classe pertinente; svolge le consegne domestiche con continuità; sa applicare le conoscenze sia per l'analisi che per la sintesi; è autonomo nella elaborazione di testi; usa il linguaggio specifico con terminologia appropriata; dispone di qualità motorie progredite; partecipa alle lezioni pratiche con interesse ed impegno discreto e costante.</p>
<p style="text-align: center;"><b>8</b> BUONO</p>	<p>Dispone di conoscenze tali da consentirgli di dare un contributo pertinente al lavoro in classe; svolge i lavori assegnati a casa in modo preciso e continuo; ha conoscenze complete e precise delle tematiche affrontate; effettua analisi e sintesi in modo autonomo e completo; usa il linguaggio specifico in modo appropriato e preciso; dispone di qualità motorie avanzate; partecipa alle lezioni pratiche con interesse ed impegno continui , permettendogli di raggiungere completamente gli obiettivi ed il miglioramento personale.</p>
<p style="text-align: center;"><b>9</b> OTTIMO</p>	<p>Dispone di conoscenze e competenze tali da consentirgli di dare un contributo ricco e pertinente al lavoro in classe; svolge in modo autonomo e con contributi originali i compiti a casa ed approfondisce lo studio personale; applica le conoscenze in modo originale e senza commettere errori; è capace di effettuare collegamenti interdisciplinari ed esprime valutazioni personali pertinenti; usa il linguaggio specifico della materia in modo completo e preciso; utilizza le qualità motorie in maniera progredita e variabile, partecipa alle lezioni pratiche con motivazione ed interesse evidenziando uno spirito altamente collaborativo nei confronti di compagni ed insegnante.</p>
<p style="text-align: center;"><b>10</b> ECCELLENTE</p>	<p>Dispone di conoscenze e competenze tali da consentirgli di dare un contributo ricco e stimolante al lavoro in classe; svolge in modo autonomo e con contributi originali i compiti a casa ed approfondisce lo studio personale eseguendo percorsi di ricerca personali ; applica le conoscenze in modo originale e senza commettere errori; è capace di effettuare collegamenti interdisciplinari ed esprime valutazioni personali pertinenti; usa il linguaggio specifico della materia in modo completo e preciso; partecipa alle lezioni pratiche con motivazione ed interesse evidenziando uno spirito altamente collaborativo nei confronti di compagni ed insegnante. Evidenzia spiccate attitudini alla pratica motoria e sportiva.</p>

## 8 COMPETENZE CHIAVE EUROPEE (IN USCITA 5° ANNO)

Competenze	ITT Pascal e IPSIA Comandini
Alfabetico funzionale	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprendere linguaggi in varie occasioni di sport utilizzando il lessico specifico.</li> <li>- Padroneggiare gli strumenti espressivi ed argomentativi indispensabili per gestire l'interazione comunicativa in vari contesti.</li> <li>- Produrre testi di vario tipo in relazione ai differenti scopi comunicativi.</li> <li>- Leggere, comprendere, interpretare testi scritti di vario tipo.</li> </ul>
Multilinguistica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprendere linguaggi in lingua 2 in varie occasioni di sport utilizzando il lessico specifico.</li> </ul>
Matematica e competenza in scienza tecnologie e ingegneria	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Percepire il proprio corpo e padroneggiare gli schemi motori nel continuo adattamento alle variabili spazio-temporali.</li> <li>- Utilizzare sequenze motorie in espressione ritmico-musicale.</li> <li>- Riconoscere i principi essenziali relativi al proprio benessere psicofisico legati alla cura del proprio corpo e ad un corretto regime alimentare.</li> <li>- Sviluppare la cura e il controllo della propria salute ed evitare consapevolmente i danni prodotti dal fumo e dalle droghe.</li> <li>- Utilizzare il proprio patrimonio di conoscenze per assumere comportamenti responsabili in relazione al proprio stile di vita e alla promozione della salute.</li> </ul>
Digitale	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saper usare le abilità e le conoscenze per ricavare e produrre informazioni attraverso risorse digitali.</li> </ul>
Personale, sociale e capacità di imparare a imparare	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sperimentare esperienze e gestualità tecnico-motorie che permettono di maturare competenze di gioco-sport.</li> </ul>
In materia di cittadinanza	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Distinguere alcuni principi fondamentali della Costituzione italiana e collegarli all'esperienza quotidiana.</li> <li>- Sviluppare modalità consapevoli di esercizio della convivenza civile, di consapevolezza di sé.</li> <li>- Comprendere il significato delle regole per la convivenza sociale e rispettarle.</li> <li>- Agire rispettando i criteri base di convivenza civile e sociale.</li> <li>- Comprendere all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</li> <li>- Confrontarsi con gli altri ascoltando e rispettando il punto di vista altrui</li> <li>- Agire rispettando i criteri di sicurezza per sé e per gli altri sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi.</li> <li>- Conoscere e osservare i fondamentali principi per la sicurezza e la prevenzione dei rischi in tutti i contesti di vita.</li> <li>- Utilizzare il linguaggio corporeo e motorio per comunicare i propri stati d'animo.</li> </ul>
Imprenditoriale	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pianificare esperienze motorie che permettono di maturare abilità di gioco-sport anche come orientamento per la pratica sportiva.</li> <li>- Cogliere il senso di responsabilità di base della sicurezza per sé e per gli altri sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi.</li> </ul>
In materia di consapevolezza ed espressione culturali	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prendere coscienza del proprio corpo attraverso il movimento e riconoscerne i principi essenziali relativi al benessere psicofisico.</li> <li>- Riconoscere attività sportive in relazione ai popoli.</li> </ul>