



**Liceo Ginnasio Statale “Umberto I”**

*Piazza G. Amendola, 6*  
**80121 NAPOLI**

---

codice meccanografico: NAPC14000P

e-mail: [napc14000p@istruzione.it](mailto:napc14000p@istruzione.it)

Telefono 081 415084

Fax 081 7944596

# PROGRAMMAZIONE DIPARTIMENTO DI

  

# SCIENZE MOTORIE

## Normativa di riferimento

- **DPR 275/99**, Regolamento recante norme in materia di autonomia delle istituzioni scolastiche, ai sensi dell'art. 21 della L.15 marzo 1997, n. 59
- **D.M.139/07**, Regolamento recante norme in materia di adempimento dell'obbligo di istruzione
- **L. 53/03**, delega al Governo per la definizione delle norme generali sull'istruzione
- **D. Lgs. 226/05**, Norme generali e livelli essenziali delle prestazioni relativi al secondo ciclo del sistema educativo di istruzione e formazione, a norma dell'articolo 2 della legge 28 marzo 2003, n. 53
- **D. Lgs. n. 76/05**, Definizione delle norme generali sul diritto-dovere all'istruzione e alla formazione, a norma dell'articolo 2, comma 1, lettera c, della legge 28 marzo 2003, n. 53
- **D. Lgs. n. 77/05**, Definizione delle norme generali relative all'alternanza scuola-lavoro, a norma dell'articolo 4 della legge 28 marzo 2003, n. 53
- **L. 11 gennaio 2007, n.1**, Disposizioni in materia di esami di Stato conclusivi dei corsi di studio di istruzione secondaria superiore e delega al Governo in materia di raccordo tra la scuola e le università
- **D.M. 22 agosto 2007** – Regolamento recante norme in materia di adempimento dell'obbligo di istruzione
- **D.P.R. n. 235 del 21 novembre 2007** - Regolamento recante modifiche ed integrazioni al D.P.R. 24 giugno 1998, n. 249, concernente lo Statuto delle studentesse e degli studenti della scuola secondaria
- **D.M. 42/09**, Attribuzione del credito scolastico e di recupero dei debiti formativi nei corsi di studio di istruzione secondaria superiore.
- **D.lgs.81/09**, Norme per la riorganizzazione della rete scolastica e il razionale ed efficace utilizzo delle risorse umane della scuola, ai sensi dell'articolo 64, comma 4, del decreto-legge 25 giugno 2008, n. 112, convertito, con modificazioni, dalla legge 6 agosto 2008, n. 133
- **DD.PP.RR.87/88/89 del 2010**, regolamenti di riforma degli Istituti Professionali, dei Tecnici e dei Licei
- **D.P.R. 122/09**, Regolamento recante coordinamento delle norme vigenti per la valutazione degli alunni e ulteriori modalità applicative in materia, ai sensi degli **articoli 2 e 3 del decreto-legge 1° settembre 2008, n. 137**, convertito, con modificazioni, dalla **legge 30 ottobre 2008, n. 169**
- **D.M. del 12 luglio 2011**, Linee guida per il diritto allo studio degli alunni e degli studenti con disturbi specifici di apprendimento.

Ed inoltre:

- Raccomandazione del Parlamento europeo e del Consiglio **18 dicembre 2006** relativa alle competenze chiave per l'apprendimento permanente (2006/962/CE)
- Raccomandazione del Parlamento europeo e del Consiglio **23 aprile 2008** sulla costituzione del Quadro europeo delle qualifiche per l'apprendimento permanente (**EQF**)
- Decisione **n. 2241/2004/CE** del Parlamento europeo e del Consiglio, del 15 dicembre 2004, relativa ad un quadro comunitario unico per la trasparenza delle qualifiche e delle competenze (Europass)
- **L'articolo 24 del 15 novembre 2007** della Convenzione Universale sui diritti delle persone con disabilità.

## **FINALITÀ**

1. Favorire l'armonico sviluppo dell'adolescente.
2. Rendere l'adolescente cosciente della propria corporeità.
3. Facilitare l'acquisizione di una cultura delle scienze motorie, che tenda a promuovere la pratica motoria come costume di vita.

## **OBIETTIVI COMUNI**

1. potenziare le abilità di base della comunicazione linguistica e della riflessione metalinguistica;
2. comprendere e utilizzare i linguaggi specifici;
3. comprendere e utilizzare i linguaggi digitali;
4. acquisire e rafforzare capacità di analisi e sintesi;
5. maturare capacità logico-deduttive;
6. saper lavorare autonomamente e in gruppo;
7. acquisire un metodo di studio che fornisca elementi di autonomia culturale;
8. saper considerare criticamente affermazioni ed informazioni per arrivare a convinzioni fondate e a decisioni consapevoli.

## **OBIETTIVI SPECIFICI**

1. La percezione del proprio corpo e il miglioramento del controllo del movimento.
2. La coordinazione generale, l'equilibrio, l'agilità e la lateralità.
3. La percezione dello spazio e del tempo, con esercizi di sincronizzazione sensorio-motoria, che implicano l'associazione di dati uditivi e cinestesici, l'educazione al ritmo come contributo al movimento volontario.

## PRIMO BIENNIO

COMPETENZE DI BASE	COMPETENZE AVANZATE
1. Svolgere attività motorie, adeguandosi ai diversi contesti ed esprimere le azioni attraverso la gestualità.	1. Avere consapevolezza dei cambiamenti morfologici e funzionali del corpo. Esprimersi attraverso la gestualità tecnica.
2. Utilizzare gli stimoli percettivi per realizzare, in modo idoneo ed efficace, l'azione motoria richiesta.	2. Controllare e regolare i movimenti, riferiti a sé stessi e all'ambiente, per risolvere un compito motorio, utilizzando informazioni sensoriali.
3. Conoscere e praticare in modo corretto ed essenziale i principali giochi sportivi e sport individuali.	3. Eseguire i gesti tecnici in situazioni di gioco semplificato, rispettando le regole, ricoprendo ruoli diversi (ad es. arbitro) e riconoscendo il valore delle competizioni.
4. Conoscere le norme di primo soccorso e di una corretta alimentazione ed essere responsabili nella tutela della sicurezza. Assumere comportamenti corretti.	4. Conoscere le norme elementari di primo soccorso e di una corretta alimentazione. Utilizzare responsabilmente mezzi e strumenti idonei a praticare l'attività.

## CONTENUTI

PRIMO ANNO	SECONDO ANNO
Attività ed esercizi a carico naturale.	Attività sportive individuali: atletica leggera, ginnastica artistica, arrampicata sportiva, <i>orienteering</i> .
Attività ed esercizi di opposizione e resistenza.	Attività sportive e pre-sportive di squadra: pallacanestro e pallavolo.
Attività ed esercizi con piccoli attrezzi e ai grandi attrezzi.	Giochi di movimento polivalenti e giochi sportivi semplificati.
Attività ed esercizi di rilassamento, per il controllo della respirazione.	Organizzazione di attività di arbitraggio degli sport individuali e di squadra.
Attività ed esercizi eseguiti in varietà d'ampiezza, di ritmo, in situazioni spazio-temporali variate.	Informazioni sulla teoria del movimento, relative alle attività praticate.
Attività ed esercizi di equilibrio in situazioni dinamiche complesse e in volo.	Conoscenze essenziali per quanto riguarda le norme di comportamento ai fini della prevenzione degli infortuni in caso di incidente.

## SECONDO BIENNIO

COMPETENZE DI BASE	COMPETENZE AVANZATE
1. Conoscere tempi e ritmi nell'attività motoria, riconoscendo i propri limiti e potenzialità. Rielaborare il linguaggio espressivo, adattandolo a contesti differenti.	1. Padroneggiare i cambiamenti morfologico-funzionali del corpo. Rielaborare il linguaggio espressivo, adattandolo a contesti differenti.
2. Rispondere in maniera adeguata alle varie afferenze (propriocettive ed esteroceettive) anche in contesti complessi, per migliorare l'efficacia dell'azione motoria.	2. Controllare e regolare i movimenti riferiti a se stessi e all'ambiente, per risolvere un compito motorio, utilizzando le informazioni sensoriali, anche in contesti complessi.
3. Conoscere gli elementi fondamentali della storia dello sport. Utilizzare le strategie di gioco e dare il proprio contributo personale.	3. Progettare e portare a termine una strategia in situazione di gioco o di gara, utilizzando in gesti tecnici / tattici individuali, interpretando al meglio la cultura sportiva.
4. Conoscere le norme di comportamento per la prevenzione degli infortuni, del primo soccorso e i principi per l'adozione di corretti stili di vita. Assumere comportamenti corretti in ambiente naturale.	4. Conoscere le norme elementari di primo soccorso e di una corretta alimentazione. Utilizzare responsabilmente mezzi e strumenti idonei a praticare l'attività (anche in ambiente naturale).

## CONTENUTI

TERZO ANNO	QUARTO ANNO
Attività in relazione all'età degli studenti, ai loro interessi e agli obiettivi tecnici nonché ai mezzi disponibili:	- Di controllo tecnico e della respirazione
- A carico naturale ed aggiuntivo	- Con varietà di ampiezza e ritmo, in condizioni spazio-temporali diversificate
- Di opposizione e resistenza	- Di equilibrio, in condizioni dinamiche complesse e di volo
- Con piccoli e grandi attrezzi codificati e non codificati.	-

## QUINTO ANNO

(monoennio finale)

COMPETENZE DI BASE	COMPETENZE AVANZATE
1. Imparare a riconoscere e a gestire i cambiamenti fisiologici durante l'attività fisica; sperimentare diverse forme espressive.	1. Riuscire ad applicare e sviluppare attività motorie complesse e saper interpretare i fenomeni connessi all'attività sportiva proposta nell'attuale contesto socio-culturale.
2. Acquisire una maggiore padronanza dei propri mezzi e riuscire a migliorare le capacità coordinative, condizionali ed espressive.	2. Conoscere i benefici effetti generati da vari percorsi di preparazione fisica, saper valutare le proprie capacità e prestazioni, confrontandole con appropriate tabelle di riferimento.
3. Saper arbitrare e svolgere compiti di giuria, acquisendo sempre maggiore sicurezza nell'esecuzione.	3. Essere in grado di praticare sport, mettendo in atto strategie tecnico-tattiche; esercitare un sano agonismo, che si fondi sul rispetto delle regole.
4. Conoscere gli effetti delle sostanze nocive, prevenire gli infortuni e conoscere le basi del primo soccorso.	4. Mettere in atto comportamenti responsabili nei confronti della propria salute, adottando uno stile di vita sano e seguendo una corretta alimentazione.

## CONTENUTI

1. Attività sportive individuali e/o di squadra.
2. Organizzazione di attività e di arbitraggio degli sport individuali e di squadra.
3. Assistenza diretta e indiretta connessa alle attività.

## METODOLOGIE

- a) lezione frontale;
- b) lezione dialogata;
- c) lezione itinerante;
- d) lavoro di gruppo;
- e) laboratori.

## **STRUMENTI**

- a) libri di testo
- b) fotocopie
- c) TIC

## **VERIFICA E VALUTAZIONE**

Le verifiche saranno numerose, diversificate, scritte e orali.

Consisteranno in:

- 1) compiti tradizionali;
- 2) prove strutturate e semistrutturate;
- 3) relazioni;
- 4) interrogazioni tradizionali;
- 5) prove interattive (TIC);
- 6) interventi richiesti e/o spontanei;
- 7) verifiche effettuate a casa

I criteri di valutazione, resi noti a studenti e genitori, terranno conto di:

- 1) livelli di partenza
- 2) obiettivi cognitivi disciplinari
- 3) capacità logico-deduttive
- 4) capacità espositive
- 5) capacità dialogiche
- 6) capacità di transcodificazione
- 7) capacità rielaborative.

I **criteri di valutazione generali**, resi noti a studenti e genitori, sono quelli approvati dal Collegio dei Docenti.

Essi terranno conto di:

- a) livelli di partenza;
- b) obiettivi comportamentali (frequenza, impegno, partecipazione);
- c) obiettivi cognitivi disciplinari;
- d) capacità logico-deduttive;
- e) capacità espositive;
- f) capacità dialogiche,
- g) capacità di transcodificazione
- h) capacità rielaborative.

Le **fasce di livello** relative al conseguimento degli obiettivi sono le seguenti:

A	10 - 8	completo raggiungimento degli obiettivi
B	7	complessivo raggiungimento degli obiettivi
C	6	essenziale raggiungimento degli obiettivi
D	5	parziale raggiungimento degli obiettivi
E	4-1	mancato raggiungimento degli obiettivi