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,620871 Vimercate (MI) tel. 039.685.41.09 fax 039.691.82.85

I.I.S. FLORIANI

CURRICOLO VERTICALE

DIPARTIMENTO DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

a.s. 2024-2025

METODOLOGIE DIDATTICHE:

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

STRUMENTI:

- **L.I.M. E CLASSROOM PER MATERIALE VISIVO**
- **ATTREZZATURE PRESENTI NELLA PALESTRA**
- **APPUNTI E DISPENSE**

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: TEST STANDARDIZZATI SULLE CAPACITA' MOTORIE CONDIZIONALI (FORZA, RESISTENZA, FLESSIBILITA' E VELOCITA') PROVA FINALE: PERCORSO A STAZIONI SULLE CAPACITA' MOTORIE CONDIZIONALI (FORZA, RESISTENZA, FLESSIBILITA' E VELOCITA') E/O COORDINATIVE
CLASSI SECONDE	TEST D'INGRESSO: TEST STANDARDIZZATI SULLE CAPACITA' MOTORIE CONDIZIONALI (FORZA, RESISTENZA, FLESSIBILITA' E VELOCITA') PROVA FINALE: PERCORSO A STAZIONI SULLE CAPACITA' MOTORIE CONDIZIONALI (FORZA, RESISTENZA, FLESSIBILITA' E VELOCITA') E/O COORDINATIVE
CLASSI TERZE	TEST D'INGRESSO: TEST STANDARDIZZATI SULLE CAPACITA' MOTORIE CONDIZIONALI (FORZA, RESISTENZA, FLESSIBILITA' E VELOCITA') PROVA FINALE: PERCORSO A STAZIONI SULLE CAPACITA' MOTORIE CONDIZIONALI (FORZA, RESISTENZA, FLESSIBILITA' E VELOCITA') E/O COORDINATIVE
CLASSI QUARTE	TEST D'INGRESSO: TEST STANDARDIZZATI SULLE CAPACITA' MOTORIE CONDIZIONALI (FORZA, RESISTENZA, FLESSIBILITA' E VELOCITA') PROVA FINALE: PERCORSO A STAZIONI SULLE CAPACITA' MOTORIE CONDIZIONALI (FORZA, RESISTENZA, FLESSIBILITA' E

VELOCITA') E/O COORDINATIVE

CLASSI QUINTE

TEST D'INGRESSO:
TEST STANDARDIZZATI SULLE CAPACITA' MOTORIE CONDIZIONALI (FORZA, RESISTENZA, FLESSIBILITA' E VELOCITA')

PROVA FINALE: PERCORSO A STAZIONI SULLE CAPACITA' MOTORIE CONDIZIONALI (FORZA, RESISTENZA, FLESSIBILITA' E VELOCITA') E/O COORDINATIVE

PREMESSA

Vengono di seguito riportate le definizioni di CONOSCENZE, ABILITA', COMPETENZE, per la compilazione delle tabelle suddivise per annualità.

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
   c. Valutare le soluzioni messe in atto e rielaborare i dati di feed back
   d. 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. Riconoscerne 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, cinestesica, 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.	1b. Riconoscere per sé diritti, doveri e bisogni. 1c. Riconoscere e rispettare i diritti e i bisogni altrui, le opportunità comuni.	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 nelle azioni.	Saper eseguire progressioni motorie (con e senza attrezzi). Distinguere differenze ritmiche.	2a. Organizzare il proprio apprendimento ed il proprio tempo. 2b. Sviluppare strategie efficaci di apprendimento.	Eseguire con regolarità e impegno il programma di lavoro assegnato.
Conoscere i principi fondamentali della sicurezza: - stradale; - in palestra; - a scuola e negli spazi aperti.	Assumere comportamenti idonei alla propria sicurezza in palestra, a scuola, negli spazi aperti, in strada.	1d. Riconoscere e rispettare limiti, regole e responsabilità. 3d. Impegnarsi nell'organizzazione delle attività sportive di classe e di istituto definendo tempi, modi e ruoli.	
		4a. Affrontare situazioni problematiche anche a livello espressivo, motorio.	
		6a. Sviluppare e consolidare la propria sensibilità (visiva, uditiva, cinestesica, ecc) attraverso le attività motorie.	
		7c. Rileggere i comportamenti in situazione di gioco per migliorare la propria capacità espressiva non verbale.	

		8a. Interagire e collaborare all'interno di un gruppo. 8b. Comprendere i diversi punti di vista.	

CLASSI TERZE E QUARTE PROFESSIONALI

CONOSCENZE	ABILITA'	COMPETENZE	OBIETTIVI MINIMI
Conoscere il linguaggio specifico della disciplina.	Utilizzare le conoscenze di base acquisite negli anni precedenti.	1a. Sapersi inserire in modo attivo e consapevole nella vita sociale. 1c. Riconoscere e rispettare i diritti e i bisogni altrui, le opportunità comuni. 1d. Riconoscere e rispettare limiti, regole e responsabilità.	Partecipare alle attività proposte con impegno e migliorando rispetto alla situazione di partenza.
		2a. Organizzare il proprio apprendimento ed il proprio tempo. 2b. Sviluppare strategie efficaci di apprendimento. 2c. Sperimenta soluzioni creative.	
Conoscere le potenzialità del movimento del corpo, le posture corrette, riferite al potenziamento fisiologico e al miglioramento delle capacità condizionali e coordinative.	Rielaborare gli apprendimenti acquisiti e applicarli in situazioni diverse.	3a. Elaborare e porre in essere progetti riguardanti lo sviluppo delle proprie capacità psicofisiche. 3b. Utilizzare le conoscenze e le esperienze pregresse per stabilire obiettivi significativi e realistici. 3c. Valutare difficoltà / potenzialità interne ed esterne elaborando strategie di azione e verificando i risultati raggiunti in rapporto alle proprie aspettative.	Partecipare alle attività proposte con impegno e migliorando rispetto alla situazione di partenza.
Conoscere i fondamentali tecnici dei giochi sportivi praticati, semplici tattiche e strategie di	Adattare le abilità tecniche alle varie situazioni di gioco, partecipare alla scelta e	4b. Costruire e verificare ipotesi di soluzione. 4d. Valutare le soluzioni messe in atto e rielaborare i dati di feed back.	Eseguire con regolarità e impegno il programma di lavoro assegnato.

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. Conoscere le regole di comportamento, di rispetto e di collaborazione.	realizzazione di strategie e tattiche. Sperimentare diversi ruoli, il fair play e l'arbitraggio.	5b. Riconoscerne la natura sistemica, analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause ed effetti all'interno del proprio corpo e della propria motricità. 6b. Sviluppare il senso critico.	
		7a. Comprendere messaggi di genere diverso 7b. Rappresentare in modo efficace, utilizzando i diversi registri comunicativi, atteggiamenti, stati d'animo, emozioni, ecc.	
Conoscere alcuni elementi del primo soccorso.	Applicare alcuni elementi del primo soccorso.	1d. Riconoscere e rispettare limiti, regole e responsabilità.	Conosce ed esegue in modo sufficientemente sicuro le procedure di primo soccorso.
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.	Conoscere le regole di comportamento, di rispetto e di collaborazione. Conoscere le principali nozioni igienico-sanitarie e i principi fondamentali per la sicurezza. Conoscere il primo intervento di pronto soccorso nei casi più comuni di incidente.	8c. Valorizzare le proprie e le altrui capacità, rendendo positivo il conflitto e l'agonismo. 8d. Contribuire all'apprendimento comune e alla realizzazione delle attività collettive, nel riconoscimento dei diritti, delle capacità/limiti degli altri.	Conosce ed esegue in modo sufficientemente sicuro le procedure di primo soccorso.

CLASSI QUINTE PROFESSIONALI

CONOSCENZE	ABILITA'	COMPETENZE	OBIETTIVI MINIMI
Conoscere le procedure di applicazione del protocollo BLS. Conoscere i principali infortuni dell'apparato locomotore. Conoscere gli effetti delle sostanze dopanti sull'organismo.	Sapere applicare correttamente le procedure di primo soccorso. Saper riconoscere le diverse situazioni di infortunio. Saper valutare i rischi connessi a stili di vita poco salutari e ad intraprendere percorsi per il mantenimento del proprio stato di salute.	1a. Sapersi inserire in modo attivo e consapevole nella vita sociale. 1c. 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 un' attività / sport alternativo a quelli proposti tradizionalmente (es. Ultimate, giocoleria, skateboard, slack line…).	Saper giocare e utilizzare l'attrezzatura relativa all'attività proposta.	2c. Sperimentare soluzioni creative.	Partecipare alle attività proposte con impegno e migliorando rispetto alla situazione di partenza.
Conoscere il principio di omeostasi e di supercompensazione. Conoscere la fisiologia muscolare ed organica per pianificare un allenamento.	Saper eseguire le attività rispettando serie, ripetizioni e recuperi. Essere in grado di pianificare un allenamento per un compagno e di seguirlo nel	4e. Proporre soluzioni utilizzando contenuti e metodi delle diverse discipline, secondo il tipo di problema.	Eseguire con regolarità e impegno il programma di lavoro assegnato

Conoscere le modalità di allenamento per il miglioramento dei sistemi organici e del sistema muscolare.	tempo, monitorandone i risultati.		
Conoscere la classificazione, i fattori, le principali metodiche di allenamento relative alle capacità condizionali (resistenza, forza, velocità, mobilità articolare ed elasticità muscolare).	Svolgere attività di diversa durata ed intensità. Vincere o opporsi a resistenze rappresentate dal proprio corpo o esterne. Compiere movimenti nel più breve tempo possibile. Valutare le proprie prestazioni confrontandole con appropriate tabelle di riferimento.	5a. Individuare collegamenti e relazioni tra fenomeni, eventi e concetti diversi, anche appartenenti a diversi ambiti disciplinari e lontani nello spazio e nel tempo. 5b. Riconoscerne la natura sistemica, analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause ed effetti all'interno del corpo e nella motricità.	Eseguire con regolarità e impegno il programma di lavoro assegnato
Conoscere i regolamenti e gli aspetti tecnico tattici dei giochi di squadra.	Saper eseguire i diversi gesti fondamentali collettivi. Saper 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.	8c. Valorizzare le proprie e le altrui capacità, rendendo positivo il conflitto e l'agonismo 8d. Contribuire all'apprendimento comune e alla realizzazione delle attività collettive, nel riconoscimento dei diritti, delle capacità / limiti degli altri.	Partecipa all'attività pratica con regolarità ed impegno, portando il materiale idoneo alla lezione da svolgere.

Vimercate, li 19/09/2024 DOCENTI

_____