|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **08B SC. MOTORIE E SPORTIVE** | | | | | |
| **TRIENNIO Cl.3^ PROFESSIONALE**  **Nota**  *A. ►Si indicano con* ***\**** *gli obiettivi minimi della disciplina in termini di conoscenze/competenze/abilità*  *B. ►Si indicano con* ***\*\**** *gli obiettivi minimi richiesti in sede di esami integrativi e/o di idoneità*  *C. ►****Si indicano con \*\*\* gli obiettivi che includono il punto A e il punto B*** | | | | | |
| COMPETENZA N° 9  Area Generale | Riconoscere i principali aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell’espressività corporea ed esercitare in modo efficace la pratica sportiva per il benessere individuale e collettivo. | | | | |
| COMPETENZE INTERMEDIE TERZO ANNO | Agire l’espressività corporea ed esercitare la pratica sportiva, in modo responsabile, sulla base della valutazione delle varie situazioni sociali e professionali, nei diversi ambiti di esercizio. | | | | |
| ABILITÀ | | CONOSCENZE | CONTENUTI | TEMPI | (\*) |
| * Adottare autonomamente ed in sicurezza comportamenti attivi per migliorare e mantenere il proprio stato di salute e benessere * Esercitare in modo efficace la pratica sportiva per il benessere individuale e collettivo | | * Conoscere il concetto di salute dinamica e i principi fondamentali per il suo mantenimento * Conoscere gli effetti benefici dei percorsi di preparazione fisica e dell’attività motoria e sportiva * Conoscere l’importanza delle fasi della lezione di Sc. Motorie: riscaldamento, fase centrale, defaticamento | **MOD. 06T1 SALUTE, BENESSERE E PREVENZIONE \***   * Camminate, attività ludico motorie e mini tornei in ambiente naturale * Conduzione individuale o a piccoli gruppi della fase di riscaldamento muscolare | PRIMO E SECONDO QUADRIMESTRE  (Le attività si alterneranno durante l’intero anno scolastico, in quanto il consolidamento delle abilità motorie richiede continui rinforzi e ripetizioni.) |  |
| ABILITÀ | | CONOSCENZE | CONTENUTI | TEMPI | (\*) |
| * Ampliare e consolidare le capacità coordinative e condizionali realizzando schemi motori complessi utili ad affrontare la vita di relazione, sportiva e non * Realizzare azioni motorie adeguate a situazioni complesse * Mettere in atto differenti azioni motorie utilizzando le informazioni a disposizione ed adeguandole al contesto e alle proprie potenzialità | | * Conoscere il proprio corpo, la sua funzionalità, le sue potenzialità * Conoscere i miglioramenti derivanti dall’allenamento | **MOD. 06T2 PERCEZIONE DI SE’, CAPACITA’ MOTORIE \***   * Potenziamento delle capacità coordinative: miglioramento delle capacità coordinative di base e loro affinamento tramite l’utilizzo di piccoli e grandi attrezzi per sperimentare atteggiamenti non usuali del corpo * Potenziamento delle capacità condizionali: sviluppo delle capacità condizionali tramite percorsi polivalenti, circuiti, staffette, esercizi con carico naturale o piccoli carichi | PRIMO E SECONDO QUADRIMESTRE  (Le attività si alterneranno durante l’intero anno scolastico, in quanto il consolidamento delle abilità motorie richiede continui rinforzi e ripetizioni) |  |
| ABILITÀ | | CONOSCENZE | CONTENUTI | TEMPI | (\*) |
| * Praticare giochi e sport applicando strategie efficaci alla risoluzione delle situazioni problematiche assumendosi responsabilità personali * Sperimentare nelle attività sportive i diversi ruoli, il Fair Play e l’arbitraggio | | * Conoscere la struttura, la terminologia e le nozioni fondamentali del regolamento dei giochi sportivi * Conoscere le abilità tecniche dei giochi e degli sport praticati * Conoscere tattiche e strategie dei giochi e degli sport praticati | **MOD. 06T3 LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY \***   * Attività di sport di ed individuali sperimentando ruoli e specialità diversi: Pallavolo, Basket, Pallamano, Calcetto, Atletica Leggera, Badminton * Partite e minitornei applicando in forma globale il gioco sportivo e il concetto di Fair Play sia nel gioco che nei compiti di arbitraggio. | PRIMO E SECONDO QUADRIMESTRE  (Le attività si alterneranno durante l’intero anno scolastico, in quanto il consolidamento delle abilità motorie richiede continui rinforzi e ripetizioni) |  |
|  | | | | Totale ore = 66 | |

(\*) RACCORDO CON LE COMPETENZE DELL’AREA GENERALE O D’INDIRIZZO

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **08B SC. MOTORIE E SPORTIVE** | | | | | |
| **TRIENNIO Cl.4^ PROFESSIONALE**  **Nota**  *A. ►Si indicano con* ***\**** *gli obiettivi minimi della disciplina in termini di conoscenze/competenze/abilità*  *B. ►Si indicano con* ***\*\**** *gli obiettivi minimi richiesti in sede di esami integrativi e/o di idoneità*  *C. ►****Si indicano con \*\*\* gli obiettivi che includono il punto A e il punto B*** | | | | | |
| COMPETENZA N° 9  Area Generale | Riconoscere i principali aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell’espressività corporea ed esercitare in modo efficace la pratica sportiva per il benessere individuale e collettivo. | | | | |
| COMPETENZE INTERMEDIE QUARTO ANNO | Agire l’espressività corporea ed esercitare la pratica sportiva in modo autonomo e respon- sabile, sulla base della valutazione delle situa- zioni sociali e professionali soggette a cambia- menti e che possono richiedere un adattamen- to del proprio operato. | | | | |
| ABILITÀ | | CONOSCENZE | CONTENUTI | TEMPI | (\*) |
| * Adottare autonomamente ed in sicurezza comportamenti attivi per migliorare e mantenere il proprio stato di salute e benessere * Esercitare in modo efficace la pratica sportiva per il benessere individuale e collettivo * Intervenire in modo corretto utilizzando le metodiche di Primo Soccorso nei principali traumi sportivi | | * Conoscere il concetto di salute dinamica e i principi fondamentali per il suo mantenimento * Conoscere gli effetti benefici dei percorsi di preparazione fisica e dell’attività motoria e sportiva * Conoscere l’importanza delle fasi della lezione di Sc. Motorie: riscaldamento, fase centrale, defaticamento * Conoscere le principali tecniche di primo Soccorso in palestra | **MOD. 06T4 SALUTE, BENESSERE E PREVENZIONE \***   * Camminate, attività ludico motorie e mini tornei in ambiente naturale * Conduzione individuale o a piccoli gruppi della fase di riscaldamento muscolare * Nozioni base di Primo Soccorso e Traumatologia sportiva | PRIMO E SECONDO QUADRIMESTRE  (Le attività si alterneranno durante l’intero anno scolastico, in quanto il consolidamento delle abilità motorie richiede continui rinforzi e ripetizioni.) |  |
| ABILITÀ | | CONOSCENZE | CONTENUTI | TEMPI | (\*) |
| * Ampliare e consolidare le capacità coordinative e condizionali realizzando schemi motori complessi utili ad affrontare la vita di relazione, sportiva e non * Realizzare azioni motorie adeguate a situazioni complesse * Mettere in atto differenti azioni motorie utilizzando le informazioni a disposizione ed adeguandole al contesto e alle proprie potenzialità | | * Conoscere il proprio corpo, la sua funzionalità, le sue potenzialità * Conoscere i miglioramenti derivanti dall’allenamento | **MOD. 06T5 PERCEZIONE DI SE’, CAPACITA’ MOTORIE \***   * Potenziamento delle capacità coordinative: miglioramento delle capacità coordinative di base e loro affinamento tramite l’utilizzo di piccoli e grandi attrezzi per sperimentare atteggiamenti non usuali del corpo * Potenziamento delle capacità condizionali: sviluppo delle capacità condizionali tramite percorsi polivalenti, circuiti, staffette, esercizi con carico naturale o piccoli carichi | PRIMO E SECONDO QUADRIMESTRE  (Le attività si alterneranno durante l’intero anno scolastico, in quanto il consolidamento delle abilità motorie richiede continui rinforzi e ripetizioni) |  |
| ABILITÀ | | CONOSCENZE | CONTENUTI | TEMPI | (\*) |
| * Praticare giochi e sport applicando strategie efficaci alla risoluzione delle situazioni problematiche assumendosi responsabilità personali * Sperimentare nelle attività sportive i diversi ruoli, il Fair Play e l’arbitraggio | | * Conoscere la struttura, la terminologia e le nozioni fondamentali del regolamento dei giochi sportivi * Conoscere le abilità tecniche dei giochi e degli sport praticati * Conoscere tattiche e strategie dei giochi e degli sport praticati | **MOD. 06T6 LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY \***   * Attività di sport di ed individuali sperimentando ruoli e specialità diversi: Pallavolo, Basket, Pallamano, Calcetto, Atletica Leggera, Badminton * Partite e minitornei applicando in forma globale il gioco sportivo e il concetto di Fair Play sia nel gioco che nei compiti di arbitraggio. | PRIMO E SECONDO QUADRIMESTRE  (Le attività si alterneranno durante l’intero anno scolastico, in quanto il consolidamento delle abilità motorie richiede continui rinforzi e ripetizioni) |  |
|  | | | | Totale ore = 66 | |

(\*) RACCORDO CON LE COMPETENZE DELL’AREA GENERALE O D’INDIRIZZO

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **08B SC. MOTORIE E SPORTIVE** | | | | | |
| **TRIENNIO Cl.5^ PROFESSIONALE**  **Nota**  *A. ►Si indicano con* ***\**** *gli obiettivi minimi della disciplina in termini di conoscenze/competenze/abilità*  *B. ►Si indicano con* ***\*\**** *gli obiettivi minimi richiesti in sede di esami integrativi e/o di idoneità*  *C. ►****Si indicano con \*\*\* gli obiettivi che includono il punto A e il punto B*** | | | | | |
| COMPETENZA N° 9  Area Generale | Riconoscere i principali aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell’espressività corporea ed esercitare in modo efficace la pratica sportiva per il benessere individuale e collettivo. | | | | |
| COMPETENZE INTERMEDIE QUINTO ANNO | Agire l’espressività corporea ed esercitare la pratica sportiva in modo anche responsabilmente creativo, così che i relativi propri comportamenti personali, sociali e professionali siano parte di un progetto di vita orientato allo sviluppo culturale, sociale ed economico di sé e della propria comunità. | | | | |
| ABILITÀ | | CONOSCENZE | CONTENUTI | TEMPI | (\*) |
| * Adottare autonomamente ed in sicurezza comportamenti attivi per migliorare e mantenere il proprio stato di salute e benessere * Esercitare in modo efficace la pratica sportiva per il benessere individuale e collettivo | | * Conoscere il concetto di salute dinamica e i principi fondamentali per il suo mantenimento * Conoscere gli effetti benefici dei percorsi di preparazione fisica e dell’attività motoria e sportiva * Conoscere l’importanza delle fasi della lezione di Sc. Motorie: riscaldamento, fase centrale, defaticamento | **MOD. 06T7 SALUTE, BENESSERE E PREVENZIONE \***   * Camminate, attività ludico motorie e mini tornei in ambiente naturale * Conduzione individuale o a piccoli gruppi della fase di riscaldamento muscolare | PRIMO E SECONDO QUADRIMESTRE  (Le attività si alterneranno durante l’intero anno scolastico, in quanto il consolidamento delle abilità motorie richiede continui rinforzi e ripetizioni.) |  |
| ABILITÀ | | CONOSCENZE | CONTENUTI | TEMPI | (\*) |
| * Ampliare e consolidare le capacità coordinative e condizionali realizzando schemi motori complessi utili ad affrontare la vita di relazione, sportiva e non * Realizzare azioni motorie adeguate a situazioni complesse * Mettere in atto differenti azioni motorie utilizzando le informazioni a disposizione ed adeguandole al contesto e alle proprie potenzialità | | * Conoscere il proprio corpo, la sua funzionalità, le sue potenzialità * Conoscere i miglioramenti derivanti dall’allenamento | **MOD. 06T8 PERCEZIONE DI SE’, CAPACITA’ MOTORIE \***   * Potenziamento delle capacità coordinative: miglioramento delle capacità coordinative di base e loro affinamento tramite l’utilizzo di piccoli e grandi attrezzi per sperimentare atteggiamenti non usuali del corpo * Potenziamento delle capacità condizionali: sviluppo delle capacità condizionali tramite percorsi polivalenti, circuiti, staffette, esercizi con carico naturale o piccoli carichi | PRIMO E SECONDO QUADRIMESTRE  (Le attività si alterneranno durante l’intero anno scolastico, in quanto il consolidamento delle abilità motorie richiede continui rinforzi e ripetizioni) |  |
| ABILITÀ | | CONOSCENZE | CONTENUTI | TEMPI | (\*) |
| * Praticare giochi e sport applicando strategie efficaci alla risoluzione delle situazioni problematiche assumendosi responsabilità personali * Sperimentare nelle attività sportive i diversi ruoli, il Fair Play e l’arbitraggio | | * Conoscere la struttura, la terminologia e le nozioni fondamentali del regolamento dei giochi sportivi * Conoscere le abilità tecniche dei giochi e degli sport praticati * Conoscere tattiche e strategie dei giochi e degli sport praticati | **MOD. 06T9 LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY \***   * Attività di sport di ed individuali sperimentando ruoli e specialità diversi: Pallavolo, Basket, Pallamano, Calcetto, Atletica Leggera, Badminton * Partite e minitornei applicando in forma globale il gioco sportivo e il concetto di Fair Play sia nel gioco che nei compiti di arbitraggio. | PRIMO E SECONDO QUADRIMESTRE  (Le attività si alterneranno durante l’intero anno scolastico, in quanto il consolidamento delle abilità motorie richiede continui rinforzi e ripetizioni) |  |
|  | | | | Totale ore = 66 | |

(\*) RACCORDO CON LE COMPETENZE DELL’AREA GENERALE O D’INDIRIZZO

ISTITUTO SUPERIORE A. MOTTI

GRIGLIA DI VALUTAZIONE DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE (PROVA PRATICA) anno 2023 - 2024

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| VOTO IN DECIMI | CONOSCENZA SPECIFICA DEL MOVIMENTO | PERTINENZA E CORRISPONDEN ZA RELATIVA ALLE RICHIESTE MOTORIE.  (COMPETENZA) | CAPACITÀ DI SINTESI ED ELABORAZIONE DI SITUAZIONI MOTORIE (ABILITÀ) |
| 1 | Nessuna | Non pertinente, non rispetta le  richieste motorie | Nessuna |
| 2 | Minima | Solo in minima  parte pertinente | Nessuna |
| 3 | Minima | Solo in minima  parte pertinente | Nessuna |
| 4 | Frammentaria | Solo parzialmente  pertinente | Nessuna |
| 5 | Superficiale ed incompleta | Solo parzialmente pertinente | Si limita ad effettuare movimenti parziali  ed imprecisi |
| 6 | Completa ma non approfondita | Coglie gli aspetti essenziali delle richieste motorie | Se guidato e’ in grado di sintetizzare le conoscenze e competenze  acquisite |
| 7 | Completa ed approfondita | Coglie in modo completo le richieste motorie | Sa effettuare elaborazioni motorie autonome, ma con qualche  incertezza |
| 8 | Completa e coordinata | Coglie in modo completo le richieste motorie | Sa effettuare elaborazioni motorie autonome  con sicurezza |
| 9 | Completa, coordinata ed ampliata | Coglie in modo completo ed esaustivo le richieste motorie | Sa organizzare in modo autonomo e completo le conoscenze e competenze  motorie acquisite |
| 10 | Completa, coordinata ed ampliata e ricca di aspetti critici | Coglie in modo completo ed esaustivo le richieste motorie | Sa organizzare in modo autonomo, completo e riflessivo le conoscenze e competenze  motorie acquisite |