MINISTERO DELL'ISTRUZIONE E DEL MERITO
UFFICIO SCOLASTICO REGIONALE PER IL LAZIO
ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE
CAMPUS DEI LICEI "Massimiliano Ramadù"
Via Rimini, 1 04012 CISTERNA DI LATINA (LT)
c. m. LTIS00100R – Codice Univoco Ufficio UFAC4D - C.F. 91004900592 – Codice iPAistsc_ltis00100
☎ 06.96873133 - LTIS00100R@istruzione.it – LTIS00100R@pec.istruzione.it
Sito web:www.iisramadu.edu.it

La scuola italiana negli ultimi anni si è andata rapidamente trasformando per rispondere a nuove attese sociali. Si è passati dalla scuola del" sapere" ad una scuola in cui è importante" saper utilizzare" le conoscenze in maniera concreta, nel mondo reale: Una scuola quindi che deve sviluppare competenze. In questo contesto le Scienze Motorie e Sportive, oltre a perseguire obiettivi specifici, si pongono come strumento formidabile per lo sviluppo delle competenze chiave di cittadinanza. In questo contesto la programmazione di scienze motorie e sportive concorre con le proprie U.d.A. specifiche ai percorsi di Educazione Civica.

I° BIENNIO

L'insegnamento delle scienze motorie nel primo biennio della scuola secondaria di secondo grado deve costituire il naturale proseguimento di quello svolto nella secondaria di primo grado. Esso concorre alla formazione degli studenti in un'era caratterizzata da rapidi ed intensi cambiamenti psico-fisici e da una grande disomogeneità, sia in relazione alle significative differenze esistenti fra i due sessi, sia per quanto concerne la variabilità del processo evolutivo individuale. Il piano di lavoro annuale delle scienze motorie per le classi del biennio quindi, oltre ad una adeguata rielaborazione degli schemi motori acquisiti in precedenza, prevede anche la ricerca di nuovi equilibri dopo la tormentata epoca puberale. La ricerca di una identità personale, nella quale si realizza il passaggio all'età adulta, verrà seguita con attenzione particolare facendo ricorso a metodologie adeguate e pertinenti per una costante ricerca degli obiettivi didattici.

FINALITÀ EDUCATIVE: Coerentemente con quanto espresso, l'insegnamento delle scienze motorie si propone le seguenti finalità:

- Favorire l'armonico sviluppo dell'adolescente agendo in forma privilegiata sull'area motoria della personalità, tramite il miglioramento delle capacità fisiche e neuromuscolari.
- Rendere l'adolescente cosciente della propria corporeità, sia come disponibilità e padronanza motoria, sia come capacità relazionale, al fine di aiutarlo a superare le difficoltà e le contraddizioni tipiche dell'età.
- Facilitare l'acquisizione di una cultura delle scienze motorie che tenda a promuovere la pratica motoria come costume di vita e la coerente coscienza e conoscenza dei diversi significati che le attività motorie-sportive assumono nell'attuale società.

COMPETENZE Sono stati identificati tre nuclei fondanti nell'ambito dei quali sono state individuate le competenze generali da raggiungere.

Nuclei fondanti:

1. IL CORPO, IL MOVIMENTO E LE CAPACITA' MOTORIE
2. GIOCO E SPORT
3. SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE

Successivamente sono state definite le conoscenze e le abilità relative alle singole competenze declinando sia il livello standard (ovvero minimo) che i descrittori per la valutazione dei diversi livelli di competenza. (vedi quadro riepilogativo, tab. 1 e 2)

Tab.1	**Competenze:**	**conoscenze**	**abilità**
IL CORPO IL MOVIMENTO E LE CAPACITA' MOTORIE	Agire per migliorare consapevolmente la condizione fisiologica in relazione a forza velocità e resistenza Acquisire adeguate posture e un adeguato controllo segmentario Migliorare la capacità di combinare movimenti e la percezione ritmica dei movimenti	Conoscere alcuni esercizi specifici per il miglioramento delle diverse capacità fisico organiche Conoscere: - le giuste posture di lavoro e gli schemi motori di base - la denominazione delle diverse parti del corpo e dei diversi movimenti del corpo umano - la giusta esecuzione dei movimenti proposti a corpo libero e con piccoli e grandi attrezzi	Saper eseguire alcuni esercizi specifici per il miglioramento delle capacità fisico organiche Saper eseguire: esercizi posturali; esercizi di coordinazione statica e dinamica;
GIOCO E SPORT	Saper applicare nel contesto di gioco le tecniche di base e regole e regolamenti degli sport individuali e di squadra proposti; Interagire nei giochi di gruppo e in giochi di situazione e adottare comportamenti corretti in palestra, e nel gioco e nelle relazioni con gli altri	- conoscere le regole e le caratteristiche e le tecniche di base degli sport di squadra e individuali proposti - Conoscere alcuni giochi presportivi -Conoscere i giusti comportamenti in palestra e nel gioco - conoscere il valore dello Sport e delle Scienze Motorie e Sportive - conoscere eventi e personaggi del mondo sportivo di ieri e di oggi.	Saper eseguire le tecniche di base degli sport individuali e di squadra proposti; Saper eseguire le tecniche di base in situazioni di gioco Saper rispettare spazi e tempi di azione e/o intervento Saper agire in maniera rispettosa degli altri e di se stesso.
SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE	Agire per migliorare consapevolmente la propria efficienza fisica in relazione ad un migliore stato di salute Acquisire corretti stili di vita Acquisire comportamenti corretti e improntati alla sicurezza .	Conoscere la funzionalità del corpo umano in relazione all'esercizio fisico e gli esercizi specifici per il miglioramento delle diverse capacità fisico organiche. Conoscere i benefici e le possibilità offerte dall'attività in ambiente naturali; gli aspetti relativi alla sicurezza, alla prevenzione e alla corretta attrezzatura dell'attività in ambiente naturale, in palestra, nelle attività fisiche e sulla strada	L'apparato cardio circolatorio e respiratorio in relazione all'esercizio fisico Essere in grado di portare a termine un'esperienza di trekking monitorando il percorso, il tempo impiegato, eventuali segni di orientamento in ambiente naturale Essere in grado di muoversi in maniera sicura, consapevole e responsabile in strada, come pedone, come ciclista e con i nuovi mezzi elettrici (monopattino, overboard…)

Tabella2				
DIMENSIONE	**AVANZATO**	**INTERMEDIO**	**BASE**	**INIZIALE**
SVILUPPO DELLE CAPACITA' CONDIZIONALI E COORDINATIVE	L'alunno ha acquisito un'ottima padronanza del proprio corpo. Utilizza efficacemente le proprie capacità coordinative e percettive anche in situazioni complesse e non conosciute. Ha conseguito un adeguato e armonico sviluppo delle capacità condizionali.	L'alunno ha acquisito una buona padronanza del proprio corpo. Utilizza in maniera adeguata le proprie capacità coordinative e percettive anche in situazioni complesse. Ha conseguito un adeguato sviluppo delle capacità condizionali.	L'alunno ha acquisito un sufficiente controllo del proprio corpo. Utilizza sufficientemente le proprie capacità coordinative e percettive in situazioni complesse ma conosciute. Ha conseguito un sufficiente sviluppo delle capacità condizionali.	L'alunno ha acquisito un sufficiente controllo del proprio corpo. Utilizza in maniera essenziale le proprie capacità coordinative e percettive e prevalentemente in situazioni conosciute. Ha conseguito uno sviluppo delle capacità condizionali globalmente sufficiente.
GIOCO E SPORT	Applica in maniera corretta e consapevole, i fondamentali tecnici di base al contesto di gioco; assume comportamenti improntati al fairplay e alla collaborazione, riuscendo ad interagire in maniera autonoma e prepositiva.	Sa eseguire correttamente i fondamentali di gioco e li applica in maniera ordinata. Applica correttamente le regole al contesto di gioco e assume comportamenti corretti in relazione all'ambiente e agli altri Assume comportamenti improntati al fairplay e sa collaborare	Sa eseguire correttamente i fondamentali di base, sa applicarli sufficientemente in situazione di gioco e conosce regole e caratteristiche. Assume comportamenti corretti in relazione all'ambiente e agli altri. Conosce adeguatamente i valori propri dello sport	Sa eseguire in maniera abbastanza corretta i fondamentali degli sport proposti ne conosce le regole e le caratteristiche degli sport ma ha difficoltà ad applicarli in situazione di gioco. Assume comportamenti corretti in relazione all'ambiente e agli altri. Conosce sufficientemente i valori propri dello sport
SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE	Conosce in maniera approfondita gli effetti dell'esercizio fisico sul corpo umano e sa applicare gli esercizi specifici. Conosce i benefici e le caratteristiche dell'attività in ambiente naturale e/o di corretti stili di vita e sa gestire autonomamente un'escursione.	Conosce in maniera adeguata gli effetti dell'esercizio fisico sul corpo umano e gli esercizi specifici. Conosce i benefici e le caratteristiche dell'attività in ambiente naturale e/o di corretti stili di vita e sa gestire adeguatamente un'escursione in termini di sicurezza, monitoraggio, preparazione.	Conosce in maniera sufficiente gli effetti dell'esercizio fisico sul corpo umano e gli esercizi specifici. Conosce i benefici e le caratteristiche dell'attività in ambiente naturale e/o di corretti stili di vita e sa gestire globalmente un'escursione in termini di sicurezza, preparazione.	Conosce globalmente la funzionalità di alcuni apparati del corpo umano e gli effetti che l'attività fisica ha sugli stessi. Conosce sufficientemente i benefici e le caratteristiche dell'attività in ambiente naturale e/o di corretti stili di vita.

MODALITA' DI VERIFICA E CRITERI DI VALUTAZIONE

Su questo delicato argomento i docenti di scienze motorie si sono particolarmente confrontati ed hanno concordato su alcuni punti fondamentali:

1) la valutazione (attribuzione di valore) ha scopi primariamente formativi, punta all'interpretazione soggettiva, serve per migliorare, predilige l metodologie qualitative;
2) la competenza è un insieme integrato di conoscenze, abilità, atteggiamenti, attitudini e pertanto non è possibile valutarla in modo oggettivo. Con rigorosi strumenti docimologici si possono verificare conoscenze e abilità, ma per valutare la competenza nel suo farsi personalizzato è necessario interpretare i risultati delle verifiche nella complessità del soggetto in azione. E l'interpretazione è sempre un processo soggettivo.
3) La soggettività valutativa è un valore sostanzialmente perché:
    - la riflessione valutativa deve essere promossa non solo da parte dell'insegnante ma anche dallo studente, e deve condurre alla consapevolezza delle relatività (parzialità) del loro valutare;
    - non si devono valutare le persone ma i processi, le azioni, i comportamenti e gli atteggiamenti delle persone. Soggettività non vuol dire individualismo o anarchia valutativa del docente. La soggettività non deve costituire un alibi alla mancata ricerca del massimo grado possibile di obiettività.

I docenti di scienze motorie hanno quindi definito quattro diversi livelli-soglia di competenza, dal principiante all'esperto. Per livello-soglia i docenti intendono l'insieme della misura e del valore della competenza posseduta nel passaggio da una fase alla successiva nel processo di apprendimento. Nello sviluppo di una competenza, quindi, ci sono traguardi di tappa: ciascuno di essi rappresenta un livello-soglia. Nella didattica modulare in cui ogni modulo persegue il raggiungimento di specifiche soglie di padronanza, il livello-soglia è dato dall'insieme delle rilevazioni dei risultati conclusivi, da cui si può inferire il superamento o meno della fase di sviluppo di una competenza. Da quanto appena esposto si evince che la valutazione negativa implica l'assenza della competenza.

Nel formulare la valutazione finale in scienze motorie i docenti concordano di operare nel seguente modo**: la valutazione sommativa** sarà rappresentata per il

- **40% dalle voci relative a partecipazione, impegno, capacità relazionali, comportamento e rispetto delle regole(Tab 3)**;
- **60% è dato dalla media delle verifiche disciplinari teoriche/pratiche riguardanti le conoscenze e le abilità (Tab 2)**

PARTECIPAZIONE	IMPEGNO	CAPACITA' RELAZIONALI	COMPORTAMENTO E RISPETTO DELLE REGOLE	CONOSCENZE ED ABILITA'	VALUTAZIONE SOMMATIVA
interesse, motivazione, assunzione di ruoli, incarichi	Continuità, disponibilità ad organizzare. Esecuzione di compiti puntuale. Parte teorica	Atteggiamenti collaborativi e cooperativi. Disponibilità all'inclusione di tutti. Offrire il proprio apporto	Autonomia, autocontrollo, responsabilità, rispetto fair play, richiami e mancanze	Media delle verifiche sulle conoscenze ed abilità 1°Q e 2°Q	Partecipazione, impegno, capacità relazionali, comportamento (valore 40+ conoscenze e abilità val 60)

Tabella 3

Per poter utilizzare correttamente i dati dell'osservazione soggettiva i docenti di scienze motorie hanno concordato di utilizzare i descrittori e le valutazioni riportate nella tabella 4.

PARTECIPAZIONE	**IMPEGNO**	**CAPACITÀ RELAZIONALI**	**RISPETTO DELLE REGOLE**	**LIVELLI**	**CONOSCENZE ED ABILITÀ**	**VOTO**
Costruttiva (sempre)	Eccellente (sempre)	Propositivo Leader Empatico	Condivisione	Avanzato Eccelle	Approfondite Autonomo Disinvolte	10
Efficace (quasi sempre)	Costante (quasi sempre)	Collaborativo Empatico	Autocontrollo	Avanzato Supera	Certe Sicure Autonomo	9

Attiva e pertinente (spesso)	Costante (spesso)	Disponibile	Applicazione con sicurezza e costanza	Intermedio Supera	Soddisfacenti Autonomo	8
Attiva (sovente)	Attivo (sovente)	Selettivo	Conoscenza Applicazione	Intermedio Possiede	Adeguate Parzialmente autonomo	7
Dispersiva settoriale (talvolta)	Settoriale (talvolta)	Dipendente poco adattabile	Applicazione	Base Possiede Si avvicina	Essenziali Necessita di una guida	6
Dispersiva passiva (talvolta)	Incostante	Conflittuale passivo	Accettazione	Iniziale pochi apprendimenti	Parziali Limitate Mostra difficoltà anche se guidato	5
Passiva Non partecipa (quasi mai/mai)	Incostante (quasi mai/mai)	Conflittuale apatico passivo	Poca accettazione	Scarsi apprendimenti	Limitate Mostra difficoltà anche se guidato	4
Oppositiva Passiva Non partecipa (quasi mai/mai)	Incostante (quasi mai/mai)	Conflittuale apatico passivo	Non accettazione	Nullo Pochi apprendimenti	Scarse e limitate	3
Oppositiva Passiva Non partecipa	Nullo Rifiuto	Conflittuale apatico passivo	Trasgressione	Nullo	Scarse e limitate	2
Oppositiva Passiva Non partecipa	Nullo Rifiuto	Conflittuale apatico passivo	Rifiuto	Nullo	Scarse e limitate	1

2° BIENNIO

Il piano di lavoro per gli alunni del triennio terrà conto della maggiore maturità psicofisica e tenderà a un dialogo educativo basato oltre che sull'arricchimento ed approfondimento dei temi previsti per il biennio, anche sulla conoscenza dei principi teorico-scientifici (biologici, fisiologici, anatomici, ecc.) che sono alla base di tutte le attività di movimento. Le attività pratiche riguarderanno più da vicino le tecniche specifiche delle diverse discipline sportive, per il raggiungimento di una motricità finalizzata all'apprendimento delle abilità motorie dei vari sport.

FINALITA' EDUCATIVE

- Acquisizione dei valori interculturali del movimento, del gioco e dello sport;
- acquisizione del valore della corporeità, attraverso esperienze di attività motorie e sportive, di espressione e di relazione, in funzione della formazione della personalità;

- consolidamento di una cultura motoria e sportiva quale costume di vita, intesa anche come capacità di realizzare attività finalizzate e di valutarne i risultati e di individuarne i nessi pluridisciplinari;
- approfondimento operativo e teorico di attività motorie e sportive che, dando spazio anche alle attitudini e propensioni personali, favorisca l'acquisizione di capacità trasferibili all'esterno della scuola (lavoro, tempo libero, salute);
- arricchimento della coscienza sociale attraverso la consapevolezza di sé e l'acquisizione della capacità critica nei riguardi del linguaggio del corpo e dello sport;
- scoperta dei significati formativi delle attività motorie per il benessere e la tutela della salute

COMPETENZE Sono stati identificati tre nuclei fondanti nell'ambito dei quali sono state individuate le competenze generali da raggiungere.

Nuclei fondanti:

1. IL CORPO E IL MOVIMENTO E LE ATTIVITA' MOTORIE
2. GIOCO E SPORT
3. SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE

Successivamente sono state definite le conoscenze e le abilità relative alle singole competenze declinando sia il livello standard (ovvero minimo) che i descrittori per la valutazione dei diversi livelli di competenza. (vedi quadro riepilogativo, tab. 1 e 2)

Tab.1	**Competenze:**	**conoscenze**	**abilità**
IL CORPO, IL MOVIMENTO E LE ATTIVITA' MOTORIE	Agire per migliorare consapevolmente la condizione fisiologica in relazione a forza velocità e resistenza . Valutare le proprie capacità di prestazione confrontando i propri risultati con tabelle di riferimento Acquisire la capacità di combinare movimenti in situazioni dinamiche e con attenzione al senso ritmico Acquisire nuove abilità anche in relazione ai giochi di squadra	Conoscere le capacità motorie e la relazione con l'aspetto fisiologico del corpo umano Conoscere esercizi specifici ed esercitazioni per il miglioramento delle diverse capacità fisico organiche Conoscere: - le giuste posture di lavoro; la possibilità di combinare movimenti a corpo libero e con attrezzi (caratteristiche, funzione, movimenti specifici , possibilità di movimento) -	Saper eseguire alcuni esercizi specifici per il miglioramento delle capacità fisico organiche Saper eseguire: esercizi posturali; esercizi di coordinazione statica e dinamica; Saper eseguire: - esercizi posturali; - esercizi di coordinazione statica e dinamica; - esercizi con piccoli attrezzi (palle, bacchette, funicelle, over. ecc) e ai grandi attrezzi (spalliera) -

GIOCO E SPORT	Saper applicare nel contesto di gioco, tecniche, regole e regolamenti , semplici schemi di gioco degli sport individuali e di squadra proposti; Interagire nei giochi di gruppo e in giochi di situazione e adottare comportamenti corretti in palestra, e nel gioco e nelle relazioni con gli altri Agire responsabilmente nell'organizzazione e nell'arbitraggio di partite, gare, manifestazioni, iniziative.	Conoscere le regole e le caratteristiche e le tecniche di base degli sport di squadra e individuali proposti e di alcuni giochi presportivi Conoscere la storia di alcuni sport, i personaggi, gli eventi che hanno contribuito alla diffusione e alla popolarità Conoscere semplici schemi di gioco della pallavolo e della pallacanestro e i principali gesti arbitrali nella pallavolo. Conoscere i giusti comportamenti in palestra e nel gioco **Conoscere il valore dello sport come superamento del limite e delle diversità**	Saper eseguire le tecniche di base degli sport individuali e di squadra proposti; Saper eseguire le tecniche di base in situazioni di gioco rispettando spazi e tempi di azione e/o intervento Saper applicare semplici schemi di gioco e arbitrare una partita di pallavolo e di pallacanestro
SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE	Perseguire corretti stili di vita in relazione all'attività fisica con particolare attenzione all'attività in ambiente naturale, all'alimentazione, alla prevenzione. Acquisire capacità di intervenire in maniera consapevole in caso di piccoli traumi domestici e sportivi	Conoscere la funzionalità del corpo umano in relazione all'esercizio fisico e gli esercizi specifici per il miglioramento delle diverse capacità fisico organiche. Conoscere i benefici e le possibilità offerte dall'attività in ambiente naturali; gli aspetti relativi alla sicurezza, alla prevenzione e alla corretta attrezzatura dell'attività in ambiente naturale, in palestra e più in generale nelle attività fisiche **Conoscere opportunità e nuove proposte del fitness e del wellness**	Saper associare le diverse capacità motorie con le esercitazioni per migliorarle. Saper intervenire nei traumi più comuni e sapere come agire in quelli più gravi Acquisire elementi di tecnica remiera nel rafting e/o canoa e di salvamento . **Saper individuare attività motorie che possano essere praticate anche extrascuola**

Tabella2				
DIMENSIONE	**AVANZATO**	**INTERMEDIO**	**BASE**	**INIZIALE**
SVILUPPO DELLE CAPACITA' COORDINATIVE E CONDIZIONALI.	L'alunno ha acquisito un'ottima padronanza del proprio corpo. Utilizza efficacemente le proprie capacità coordinative e percettive anche in situazioni complesse e non conosciute. Ha conseguito un adeguato e armonico sviluppo delle capacità condizionali e sa valutare le proprie prestazioni ed agire per migliorarle	L'alunno ha acquisito una buona padronanza del proprio corpo. Utilizza in maniera adeguata le proprie capacità coordinative e percettive anche in situazioni complesse. Ha conseguito un adeguato sviluppo delle capacità condizionali e sa valutare le proprie prestazioni e conosce i mezzi per migliorarle.	L'alunno ha acquisito un sufficiente controllo del proprio corpo. Utilizza sufficientemente le proprie capacità coordinative e percettive in situazioni complesse ma conosciute. Ha conseguito un sufficiente sviluppo delle capacità condizionali e sa valutare le proprie prestazioni.	L'alunno ha acquisito un sufficiente controllo del proprio corpo. Utilizza in maniera essenziale le proprie capacità coordinative e percettive e prevalentemente in situazioni conosciute. Ha conseguito uno sviluppo delle capacità condizionali globalmente sufficiente ed è in grado di valutare sommariamente le proprie prestazioni
GIOCO E SPORT	Applica in maniera corretta e consapevole, i fondamentali tecnici, i regolamenti e semplici schemi di gioco; assume comportamenti improntati al fairplay e alla collaborazione , all'inclusione e sa arbitrare efficacemente.	Sa eseguire correttamente i fondamentali di gioco e applicarli in maniera ordinata e abbastanza consapevole. Applica correttamente le regole al contesto di gioco. Assume comportamenti corretti ed inclusivi in relazione all'ambiente e agli altri. E' in grado di svolgere adeguatamente compiti di giuria e arbitraggio	Sa eseguire correttamente i fondamentali di base, sa applicarli adeguatamente in situazione di gioco. Conosce regole e caratteristiche. Assume comportamenti corretti in relazione all'ambiente e agli altri. E' in grado di assolvere sufficientemente a compiti di giuria e arbitraggio.	Sa eseguire in maniera abbastanza corretta i fondamentali di base degli sport proposti, ne conosce le regole e le caratteristiche ma ha difficoltà ad applicarli in situazione di gioco. Assume comportamenti abbastanza corretti in relazione all'ambiente e agli altri E' in grado di assolvere sufficientemente a compiti di giuria e arbitraggio
SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE	Conosce in maniera approfondita gli effetti dell'esercizio fisico sulle capacità motorie e sa scegliere gli esercizi specifici per migliorarle. Conosce in maniera approfondita corretti stili di vita in relazione all'attività fisica	Conosce in maniera adeguata gli effetti dell'esercizio fisico sulle capacità motorie e gli esercizi specifici a esse collegate. Conosce in maniera adeguata corretti stili di vita in relazione all'attività	Conosce in maniera sufficiente gli effetti dell'esercizio fisico sulle capacità motorie e gli esercizi specifici. Conosce sufficientemente corretti stili di vita in relazione all'attività fisica con particolare attenzione	Conosce sufficientemente le capacità motorie. Conosce globalmente corretti stili di vita in relazione all'attività fisica con particolare attenzione all'attività in ambiente naturale, all'alimentazione, alla prevenzione e al primo

	con particolare attenzione all'attività in ambiente naturale, all'alimentazione, alla prevenzione e al primo soccorso.	fisica con particolare attenzione all'attività in ambiente naturale, all'alimentazione, alla prevenzione e al primo soccorso.	all'attività in ambiente naturale, all'alimentazione, alla prevenzione e al primo soccorso.	soccorso.

V° ANNO

Tab.1	**Competenze:**	**conoscenze**	**abilità**
IL CORPO E IL MOVIMENTO	Agire per migliorare consapevolmente la condizione fisiologica in relazione a forza velocità e resistenza anche utilizzando strumenti di monitoraggio. Valutare le proprie capacità di prestazione confrontando i propri risultati con tabelle di riferimento e agire per migliorarle. Acquisire la capacità di combinare movimenti in situazioni dinamiche e con attenzione al senso ritmico	Conoscere le capacità motorie e i principi della relazione con l'aspetto fisiologico del corpo umano Conoscere esercizi specifici ed esercitazioni per il miglioramento delle diverse capacità fisico organiche Conoscere: - le giuste posture di lavoro; la possibilità di combinare movimenti a corpo libero e con attrezzi (caratteristiche, funzione, movimenti specifici , possibilità di movimento) - i principi generali di sicurezza in palestra	Saper eseguire alcuni esercizi specifici per il miglioramento delle capacità fisico organiche Saper eseguire: esercizi posturali; esercizi di coordinazione statica e dinamica; Saper eseguire: - esercizi posturali; - esercizi di coordinazione statica e dinamica; - esercizi con piccoli attrezzi (palle, bacchette, funicelle, over. ecc) e ai grandi attrezzi (spalliera)
GIOCO E SPORT	Saper applicare nel contesto di gioco, tecniche, regole e regolamenti , semplici schemi di gioco degli sport individuali e di squadra proposti; Interagire nei giochi di gruppo e in giochi di situazione e adottare comportamenti corretti in palestra, e nel gioco e nelle relazioni con gli altri Agire responsabilmente nell'organizzazione e nell'arbitraggio di partite, gare, manifestazioni, iniziative. Migliorare la propria cultura sportiva e riuscire ad interpretare attraverso lo sport l'evoluzione politica e sociale del XX secolo	Conoscere le regole e le caratteristiche e le tecniche di base degli sport di squadra e individuali proposti e di alcuni giochi presportivi Conoscere semplici schemi di gioco della pallavolo e della pallacanestro e i principali gesti arbitrali nella pallavolo. Conoscere i giusti comportamenti in palestra e nel gioco Conoscere la storia dello sport moderno in relazione agli eventi storici e sociali	Saper eseguire le tecniche di base degli sport individuali e di squadra proposti; Saper eseguire le tecniche di base in situazioni di gioco rispettando spazi e tempi di azione e/o intervento Saper applicare semplici schemi di gioco e arbitrare una partita di pallavolo e di pallacanestro Saper individuare collegamenti tra la diffusione dello sport e gli eventi storici, politici e sociali
SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE	Perseguire corretti stili di vita in relazione all'attività fisica : sa elaborare routine di allenamento specifiche evitando il ricorso a sostanze e metodi facilitanti	Conoscere la funzionalità del corpo umano in relazione all'esercizio fisico, gli esercizi specifici per il miglioramento delle diverse capacità fisico organiche e i principi dell'allenamento. Conoscere gli aspetti sociali, etici, giuridici, motivazionali del doping	Saper associare le diverse capacità motorie con le esercitazioni per migliorarle. Saper descrivere in maniera critica il fenomeno del doping.

Tabella2				
DIMENSIONE	**AVANZATO**	**INTERMEDIO**	**BASE**	**INIZIALE**
SVILUPPO DELLE CAPACITA' MOTORIE E CONDIZIONALI	L'alunno ha acquisito un'ottima padronanza del proprio corpo. Utilizza efficacemente le proprie capacità coordinative e percettive anche in situazioni complesse e non conosciute. Ha conseguito	L'alunno ha acquisito una buona padronanza del proprio corpo. Utilizza in maniera adeguata le proprie capacità coordinative e percettive anche in situazioni complesse. Ha conseguito un adeguato sviluppo delle	L'alunno ha acquisito un sufficiente controllo del proprio corpo. Utilizza sufficientemente le proprie capacità coordinative e percettive in situazioni complesse ma conosciute. Ha	L'alunno ha acquisito un sufficiente controllo del proprio corpo. Utilizza in maniera essenziale le proprie capacità coordinative e percettive e prevalentemente in situazioni conosciute. Ha

	un adeguato e armonico sviluppo delle capacità condizionali e sa valutare le proprie prestazioni ed agire per migliorarle	capacità condizionali e sa valutare le proprie prestazioni e conosce i mezzi per migliorarle.	conseguito un sufficiente sviluppo delle capacità condizionali e sa valutare le proprie prestazioni.	conseguito uno sviluppo delle capacità condizionali globalmente sufficiente ed è in grado di valutare sommariamente le proprie prestazioni
GIOCO E SPORT	Applica in maniera corretta e consapevole, i fondamentali tecnici, i regolamenti e semplici schemi di gioco; assume comportamenti improntati al fairplay e alla collaborazione e sa arbitrare efficacemente. E' in grado di mettere in relazione eventi sportivi con particolari contesti storici e sociali in maniera critica .	Sa eseguire correttamente i fondamentali di gioco e applicarli in maniera ordinata e abbastanza consapevole. Applica correttamente le regole al contesto di gioco e assume comportamenti corretti in relazione all'ambiente e agli altri. E' in grado di svolgere adeguatamente compiti di giuria e arbitraggio E' in grado di mettere in relazione i principali eventi sportivi al contesto storico e sociale	Sa eseguire correttamente i fondamentali di base, sa applicarli adeguatamente in situazione di gioco. Conosce regole e caratteristiche e assume comportamenti corretti in relazione all'ambiente e agli altri. E' in grado di assolvere sufficientemente a compiti di giuria e arbitraggio. E' in grado di mettere in relazione sufficientemente eventi sportivi e contesto storico	Sa eseguire in maniera abbastanza corretta i fondamentali di base degli sport proposti, ne conosce le regole e le caratteristiche ma ha difficoltà ad applicarli in situazione di gioco. Assume comportamenti corretti in relazione all'ambiente e agli altri ed è in grado di assolvere sufficientemente a compiti di giuria e arbitraggio L'alunno conosce i principali eventi sportivi del XX secolo
SICUREZZA, SALUTE E ATTIVITA' IN AMBIENTE NATURALE	Conosce in maniera approfondita gli effetti dell'esercizio fisico sulle capacità motorie e sa scegliere gli esercizi specifici per migliorarle e sa elaborare semplici routine di allenamento. E' in grado di perseguire autonomamente corretti stili di vita in relazione all'attività fisica con particolare attenzione all'attività in ambiente naturale, all'alimentazione, alla prevenzione.	Conosce in maniera adeguata gli effetti dell'esercizio fisico sulle capacità motorie e gli esercizi specifici a esse collegate. E' in grado di perseguire opportunamente guidato, corretti stili di vita. in relazione all'attività fisica con particolare attenzione all'attività in ambiente naturale, all'alimentazione, alla prevenzione .	Conosce in maniera sufficiente gli effetti dell'esercizio fisico sulle capacità motorie e gli esercizi specifici. Conosce sufficientemente ciò che determina corretti stili di vita in relazione all'attività fisica con particolare attenzione all'attività in ambiente naturale, all'alimentazione, alla prevenzione .	Conosce sufficientemente le capacità motorie. Conosce globalmente ciò che determina corretti stili di vita in relazione all'attività fisica con particolare attenzione all'attività in ambiente naturale, all'alimentazione, alla prevenzione .

Nel formulare la valutazione finale in scienze motorie i docenti concordano di operare nel seguente modo**: la valutazione sommativa** sarà rappresentata per il

- **40% dalle voci relative a partecipazione, impegno, capacità relazionali, comportamento e rispetto delle regole**;
- **60% è dato dalla media delle verifiche disciplinari teoriche/pratiche riguardanti le conoscenze e le abilità.**

PARTECIPAZIONE	IMPEGNO	CAPACITA' RELAZIONALI	COMPORTAMENTO E RISPETTO DELLE REGOLE	CONOSCENZE ED ABILITA'	VALUTAZIONE SOMMATIVA
interesse, motivazione , assunzione di ruoli, incarichi	Continuità, disponibilità ad organizzare. Esecuzione di compiti puntuale. Parte teorica	Atteggiamenti collaborativi e cooperativi. Disponibilità all'inclusione di tutti. Offrire il proprio	Autonomia, autocontrollo, responsabilità, rispetto fair play, richiami e mancanze	Media delle verifiche sulle conoscenze ed abilità 1°Q e 2°Q	Partecipazione, impegno, capacità relazionali, comportamento (valore 40+ conoscenze e

		apporto			abilità val 60)

Per poter utilizzare correttamente i dati dell'osservazione soggettiva i docenti di scienze motorie hanno concordato di utilizzare i descrittori e le valutazioni riportate nella seguente tabella .

PARTECIPAZIONE	**IMPEGNO**	**CAPACITÀ RELAZIONALI**	**RISPETTO DELLE REGOLE**	**LIVELLI**	***CONOSCENZE ED ABILITÀ***	**VOTO**
Costruttiva (sempre)	Eccellente (sempre)	Propositivo Leader Empatico	Condivisione	Avanzato Eccelle	Approfondite Autonomo Disinvolte	10
Efficace (quasi sempre)	Costante (quasi sempre)	Collaborativo Empatico	Autocontrollo	Avanzato Supera	Certe Sicure Autonomo	9
Attiva e pertinente (spesso)	Costante (spesso)	Disponibile	Applicazione con sicurezza e costanza	Intermedio Supera	Soddisfacenti Autonomo	8
Attiva (sovente)	Attivo (sovente)	Selettivo	Conoscenza Applicazione	Intermedio Possiede	Adeguate Parzialmente autonomo	7
Dispersiva settoriale (talvolta)	Settoriale (talvolta)	Dipendente poco adattabile	Applicazione	Base Possiede Si avvicina	Essenziali Necessita di una guida	6
Dispersiva passiva (talvolta)	Incostante	Conflittuale passivo	Accettazione	Iniziale pochi apprendimenti	Parziali Limitate Mostra difficoltà anche se guidato	5
Passiva Non partecipa (quasi mai/mai)	Incostante (quasi mai/mai)	Conflittuale apatico passivo	Poca accettazione	Scarsi apprendimenti	Limitate Mostra difficoltà anche se guidato	4
Oppositiva Passiva Non partecipa (quasi mai/mai)	Incostante (quasi mai/mai)	Conflittuale apatico passivo	Non accettazione	Nullo Pochi apprendimenti	Scarse e limitate	3

Oppositiva Passiva Non partecipa	Nullo Rifiuto	Conflittuale apatico passivo	Trasgressione	Nullo	Scarse e limitate	2
Oppositiva Passiva Non partecipa	Nullo Rifiuto	Conflittuale apatico passivo	Rifiuto	Nullo	Scarse e limitate	1

Di seguito viene riportata la tabella che descrive i temi trattati in ogni classe, si tiene conto anche delle linee guida ministeriali di Educazione Civica.

EDUCAZIONE CIVICA - dipartimento scienze Motorie			
Classe Prima	Legalità e Costituzione	Etica sportiva:I valori dello sport Diritto all'inclusione fisica e psichica Educazione stradale (Educazione alla legalità)	- Collaborare - Rispettare le regole - Operare scelte critiche in maniera autonoma e responsabile - Superare i propri limiti - Rispettare gli altri (FairPlay)
Classe Seconda	Legalità e costituzione	Il valore del team Dipendenza digitale	Smartphon, social media,videogiochi
	Legalità e costituzione	Contrasto alle dipendenze e all'uso di sostanze illecite	
Classe terza	Legalità e Costituzione	-diritto all'inclusione psico/fisica -Lo sport come sintesi della diversità	
	Ambiente e salute	Salute e corretti stili di vita	

EDUCAZIONE CIVICA - dipartimento scienze Motorie			
Classe quarta		Sicurezza e prevenzione. Primo soccorso e traumatologia nei traumi più comuni	
Classe quinta		Alimentazione, attività sportiva e benessere psicofisico Diritto alla salute (costituzione art.32)	

Data 5/11/2026

Coordinatore Dipartimento

Prof.