



**ISTITUTO STATALE di ISTRUZIONE SUPERIORE
L. EINAUDI – A. CECCHERELLI**

Agenzia Formativa Regione Toscana - Codice LI0599
Certificazione di sistema qualità DNV Business Assurance ISO 9001
E-mail: LIIS004009@istruzione.it; LIIS004009@PEC.ISTRUZIONE.IT
Cod. fisc.: **81002090496** Cod. meccanogr.: **LIIS004009**



A.S. 2020/2021	Disciplina Scienze Motorie e Sportive
Docente Alessandro Romano	Classe: 2D ENO
Libro di testo: Più Movimento, G. Fiorini – S. Bocchi – S. Coretti – E. Chiesa; ed. Marietti Scuola	
Strumenti: lim, e-book e contenuti digitali, video, software, attrezzatura palestra. Metodi: lezione frontale, lezione di gruppo, problem-solving, cooperative learning, apprendimento collaborativo, progettazione partecipata, flipped classroom, brainstorming.	

Modulo 1 - Percezione di sé e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive.

Competenze	Conoscenze	Abilità	Contenuti	Tempi e periodo dell'anno scolastico	Tipologie di verifiche
<p>-acquisire consapevolezza del proprio corpo e della sua funzionalità;</p> <p>-ampliare le capacità condizionali e coordinative per realizzare schemi motori complessi;</p>	<p>-apparato locomotore;</p> <p>-capacità condizionali e coordinative;</p>	<p>-realizzare schemi motori funzionali alle attività richieste;</p> <p>-utilizzare consapevolmente il proprio corpo nel movimento;</p> <p>-eseguire in modo autonomo la fase di</p>	<p>unità1: “progetta il tuo percorso”;</p> <p>unità 2: “linguaggio del corpo”.</p>	<p>novembre-maggio.</p>	<p>diagnostica iniziale (possesso prerequisiti);</p> <p>formativa;</p> <p>osservazione (griglie, check list);</p>



**ISTITUTO STATALE di ISTRUZIONE SUPERIORE
L. EINAUDI – A. CECCHERELLI**

Agenzia Formativa Regione Toscana - Codice LI0599
Certificazione di sistema qualità DNV Business Assurance ISO 9001
E-mail: LIIS004009@istruzione.it; LIIS004009@PEC.ISTRUZIONE.IT
Cod. fisc.: **81002090496** Cod. meccanogr.: **LIIS004009**



einaudiceccherelli.edu.it

-comprendere e produrre consapevolmente i messaggi non verbali.	-forme del linguaggio corporeo (volto, sguardo, posture, gesti).	riscaldamento precedente all'attività richiesta; -comprendere ed interpretare i messaggi non verbali.			conoscenze (prove orali, scritte, pratiche); competenze (rubriche); autovalutazione.
---	--	--	--	--	--

Modulo 2 - Lo sport, le regole e il fair play.

Competenze	Conoscenze	Abilità	Contenuti	Tempi e periodo dell'anno scolastico	Tipologie di verifiche
-acquisire la consuetudine all'attività motoria e sportiva attraverso la pratica degli sport individuali e di squadra; -abituarsi al confronto e all'assunzione di responsabilità anche in relazione ai	-fondamentali individuali e di squadra degli sport trattati; -regolamenti degli sport trattati; -fair play: origine e codice di comportamento;	-eseguire correttamente i fondamentali individuali e di squadra degli sport trattati e applicarli nelle situazioni di gioco; -applicare il fair play nelle situazioni sportive e di vita quotidiana;	Unità1: "gli sport individuali e di squadra"; Unità1: "my game is fair play".	dicembre-maggio.	diagnostica iniziale (possesso prerequisiti); formativa; osservazione (griglie, check list); conoscenze (prove orali, scritte, pratiche);



**ISTITUTO STATALE di ISTRUZIONE SUPERIORE
L. EINAUDI – A. CECCHERELLI**

Agenzia Formativa Regione Toscana - Codice LI0599
Certificazione di sistema qualità DNV Business Assurance ISO 9001
E-mail: LIIS004009@istruzione.it; LIIS004009@PEC.ISTRUZIONE.IT
Cod. fisc.: **81002090496** Cod. meccanogr.: **LIIS004009**



<p>diversi ruoli ricoperti in ambito sportivo (giocatore, arbitraggio, giuria etc.);</p> <p>-applicare strategie efficaci per la risoluzione di situazioni problematiche.</p>	<p>-decalogo del fair play del 1975.</p>	<p>-cooperare in équipe.</p>			<p>competenze (rubriche);</p> <p>autovalutazione.</p>
---	---	-------------------------------------	--	--	---



**ISTITUTO STATALE di ISTRUZIONE SUPERIORE
L. EINAUDI – A. CECCHERELLI**

Agenzia Formativa Regione Toscana - Codice LI0599
Certificazione di sistema qualità DNV Business Assurance ISO 9001
E-mail: LIIS004009@istruzionee.it; LIIS004009@PEC.ISTRUZIONE.IT
Cod. fisc.: **81002090496** Cod. meccanogr.: **LIIS004009**



einaudiceccherelli.edu.it

Modulo 3 - Salute, benessere, sicurezza e prevenzione.

Competenze	Conoscenze	Abilità	Contenuti	Tempi e periodo dell'anno scolastico	Tipologie di verifiche
<p>-conoscere ed applicare i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra e in altri ambienti compreso quello stradale;</p> <p>-adottare i principi essenziali per mantenere il proprio stato di salute e migliorare l'efficienza fisica;</p> <p>-acquisire consapevolezza degli effetti benefici indotti dall'esercizio fisico.</p>	<p>-norme essenziali per praticare attività fisica sicura in palestra;</p> <p>-benefici indotti da uno stile di vita attivo sui diversi organi e apparati;</p> <p>-principi alimentari di base;</p> <p>-norme essenziali per la sicurezza stradale.</p>	<p>-assumere comportamenti funzionali alla sicurezza per prevenire infortuni (riscaldamento, posture e respirazione corretta, defaticamento);</p> <p>-praticare attività di movimento per mantenere il proprio stato di salute e migliorare la propria efficienza fisica;</p> <p>-applicare i principi di una corretta alimentazione.</p>	<p>Unità1: "sicuri nei diversi ambienti";</p> <p>Unità2: "star bene e in salute".</p>	<p>gennaio-maggio.</p>	<p>diagnostica iniziale (possesso prerequisiti);</p> <p>formativa;</p> <p>osservazione (griglie, check list);</p> <p>conoscenze (prove orali, scritte, pratiche);</p> <p>competenze (rubriche);</p> <p>autovalutazione.</p>



**ISTITUTO STATALE di ISTRUZIONE SUPERIORE
L. EINAUDI – A. CECCHERELLI**

Agenzia Formativa Regione Toscana - Codice LI0599
Certificazione di sistema qualità DNV Business Assurance ISO 9001
E-mail: LIIS004009@istruzione.it; LIIS004009@PEC.ISTRUZIONE.IT
Cod. fisc.: **81002090496** Cod. meccanogr.: **LIIS004009**



Modulo 4 – Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico.					
Competenze	Conoscenze	Abilità	Contenuti	Tempi e periodo dell'anno scolastico	Tipologie di verifiche
-orientarsi in contesti diversificati; -sintesi delle diverse conoscenze derivanti da discipline scolastiche diverse.	-regole e nozioni di base della camminata sportiva; -equipaggiamento adatto; -norme comportamentali e prevenzione infortuni.	-applicare le norme per eseguire le attività motorie nei diversi ambienti in sicurezza; -progettare un percorso di camminata/trekking; -cooperare in èquipe; -saper utilizzare le tecnologie (contapassi, cardiofrequenzimetri, app smartphone, etc...).	Unità1: "fitwalking".	ottobre-maggio.	diagnostica iniziale (possesso prerequisiti); formativa; osservazione (griglie, check list); conoscenze (prove orali, scritte, pratiche); competenze (rubriche); autovalutazione.



**ISTITUTO STATALE di ISTRUZIONE SUPERIORE
L. EINAUDI – A. CECCHERELLI**

Agenzia Formativa Regione Toscana - Codice LI0599

Certificazione di sistema qualità DNV Business Assurance ISO 9001

E-mail: LIIS004009@istruzione.it; LIIS004009@PEC.ISTRUZIONE.IT

Cod. fisc.: **81002090496**

Cod. meccanogr.: **LIIS004009**



einaudiceccherelli.edu.it

Tabella di valutazione delle
competenze

Giudizio (espresso in decimi)	Traguardo della competenza - Pratica	Traguardo della competenza - Teorica
1-4	Partecipazione molto carente, esecuzione incompleta e non corretta	Mancata conoscenza e disinteresse verso gli argomenti trattati
5	Partecipazione quasi sufficiente ed esecuzione parzialmente corretta	Scarse conoscenze e discontinuo interesse relativi agli argomenti pratici e teorici
6	Partecipazione sufficiente ed esecuzione corretta seppur con qualche imprecisione e poca sicurezza	Sufficienti conoscenze e interesse anche se manca la capacità di saperle applicare in tutte le condizioni
7	Partecipazione attiva ed esecuzione più che sufficiente con qualche imprecisione	Discrete sia la conoscenza che l'interesse degli argomenti trattati
8	Buona partecipazione complessiva e capacità di svolgere con padronanza le richieste	Buone sia la conoscenza che l'interesse degli argomenti trattati riuscendole ad applicare in gran parte delle situazioni proposte (problem-solving)



**ISTITUTO STATALE di ISTRUZIONE SUPERIORE
L. EINAUDI – A. CECCHERELLI**

Agenzia Formativa Regione Toscana - Codice LI0599
Certificazione di sistema qualità DNV Business Assurance ISO 9001
E-mail: LIIS004009@istruzione.it; LIIS004009@PEC.ISTRUZIONE.IT
Cod. fisc.: **81002090496** Cod. meccanogr.: **LIIS004009**



9-10	Ottima sia la partecipazione che l'interesse verso tutti gli argomenti trattati con un'esecuzione sicura, priva di errori e con una rielaborazione personale	Ottime conoscenze; l'alunno dimostra di saper risolvere in modo positivo tutti gli argomenti proposti sia dal punto di vista pratico (schemi di gioco e posture) che teorico (anatomia e fisiologia). Dimostra inoltre di saper utilizzare le proprie conoscenze in modo trasversale con le altre discipline.
------	--	--