



ISTITUTO COMPRENSIVO DI BRENTONICO

SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI PRIMO GRADO



PROVINCIA AUTONOMA
DI TRENTO

REPUBBLICA
ITALIANA

Piani di studio annuali

Anno scolastico 2023 -24

SCUOLA: (SECONDARIA)

CLASSE: tutte le classi

DOCENTE: Sabatini Paolo

DISCIPLINA: Scienze Motorie

PIANO DI LAVORO ATTIVITÀ MOTORIA

Il presente piano annuale di lavoro per Attività Motoria è stato articolato sulla base delle modalità previste dal Regolamento per la definizione dei piani di studio della Provincia Autonoma di Trento relativi al percorso del primo ciclo di istruzione (art.55 legge provinciale 7 agosto 2006, n°5); le Linee Guida provinciali hanno permesso di seguito l'elaborazione del Piano di Studio di Istituto: un curriculum per competenze, strutturato per aree di apprendimento.

Questo piano annuale di lavoro si inserisce perciò in un'area più ampia fondata su un comune riferimento antropologico all'esigenza comunicativa dell'uomo e alla promozione di specifiche modalità di pensiero legate alle fondamentali dimensioni del soggettivo, dell'immaginario, dell'emozionale.

L'attività motoria intesa come movimento e momento di socializzazione e condivisione, concorre alla fruizione consapevole delle molteplici forme comunicative che rappresentano una dimensione fondamentale delle diverse culture, assumendo una valenza universale che apre alla conoscenza del proprio corpo e alla conoscenza dell'altro.

La condivisione di questi elementi permette molteplici possibilità di interazione e collaborazione, soprattutto attraverso l'esecuzione di schemi motori finalizzati allo sviluppo cognitivo e dei fondamentali di base (capacità coordinative, destrezza, abilità, agilità, forza, resistenza, velocità). Inoltre promuove la conoscenza di sé e delle proprie potenzialità nella costante relazione con gli altri e con l'ambiente. Contribuisce alla formazione della personalità dell'alunno attraverso la conoscenza e la consapevolezza della propria identità corporea, nonché del continuo bisogno di movimento come cura costante della propria persona e del proprio benessere. In particolare, lo "star bene con se stessi" richiama l'esigenza che il curriculum dell'educazione al movimento preveda esperienze tese a consolidare stili di vita corretti e salutari. Le attività motorie e sportive forniscono agli alunni le occasioni per riflettere sui cambiamenti del proprio corpo, per accettarli e viverli serenamente. La conquista di abilità motorie e la possibilità di sperimentare il successo delle proprie azioni sono fonte di gratificazione e incentivano l'autostima dell'alunno. Inoltre nelle occasioni in cui fa sperimentare la vittoria o la sconfitta, contribuisce all'apprendimento della capacità di modulare e controllare le proprie emozioni. Partecipare alle attività sportive significa condividere con altri esperienze di gruppo ove vengono esaltati i valori dell'inclusione e della cooperazione. L'attività sportiva infine promuove il valore del rispetto delle regole concordate e condivise e i valori etici che sono alla base della convivenza civile. I docenti sono impegnati a trasmettere ai ragazzi i principi di una cultura sportiva portatrice di rispetto di sé e dell'avversario, di lealtà, di senso di responsabilità e appartenenza, di controllo dell'aggressività. L'esperienza motoria deve connotarsi come "vissuto positivo", mettendo in risalto la capacità di fare dell'alunno, renden-

dolo costantemente protagonista e progressivamente consapevole delle competenze motorie acquisite.

COMPETENZE DELL'AREA DELLE SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

In quest' area di apprendimento lo studente deve apprendere e utilizzare in modo appropriato e consapevole le conoscenze e le abilità proposte:

1 per esprimere idee, esperienze ed emozioni attraverso il linguaggio del corpo, la sua interazione con l'ambiente circostante ed il gruppo dei pari;

2 per conoscere e comprendere i relativi ambiti sportivi con il fine di trovare una propria dimensione nelle varie discipline ed eventuali attitudini sportive e motorie, per riflettere sul significato che messaggi ed espressioni relative ai vari ambiti possono assumere, allo scopo di valutare e apprezzare la varietà di strumenti espressivi a sua disposizione;

3 per partecipare alle diverse esperienze motorie appartenenti alle situazioni di vita quotidiana vissute dallo studente nell'ambito personale, scolastico, e sociale, in rapporto anche alle realtà sportive presenti sul territorio di appartenenza.

Attività Motoria Classi Prime

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
<p>- Le qualità fisiche più importanti: forza, resistenza, velocità, mobilità articolare.</p> <p>- Le modalità di miglioramento delle capacità fisiche.</p>	<p>-Saper utilizzare le procedure proposte dall'insegnante per l'incremento delle diverse qualità fisiche.</p> <p>-Riconoscere e controllare le modificazioni cardio-respiratorie durante il movimento.</p>	<p>-Saper correre al ritmo adeguato su distanze prefissate.</p> <p>-Saper eseguire correttamente gesti semplici con adeguata rapidità.</p>

<p>- Le capacità coordinative.</p> <p>- Le componenti spazio-temporali nelle azioni del corpo.</p>	<p>- Saper utilizzare adeguatamente le proprie capacità in condizioni normali di esecuzione.</p> <p>-Saper controllare i segmenti corporei in situazioni complesse.</p>	<p>-Saper eseguire esercizi con combinazione di movimenti e semplici circuiti che prevedano successioni di movimenti differenti come orientamento, ritmo e combinazioni.</p> <p>- Saper utilizzare adeguatamente piccoli attrezzi.</p>
<p>- Gli elementi tecnici essenziali di alcuni giochi e sport.</p> <p>- Gli elementi regolamentari semplificati indispensabili per la realizzazione del gioco.</p>	<p>- Modulare il proprio impegno secondo i giusti parametri fisiologici.</p> <p>-Gestire in modo consapevole le abilità specifiche richieste nelle attività proposte.</p> <p>-Utilizzare adeguatamente le conoscenze tecniche e regolamentari.</p>	<p>-Partecipare attivamente alle differenti attività proposte, collaborando al raggiungimento dello scopo prefissato.</p> <p>- Relazionarsi positivamente, collaborando con i compagni.</p> <p>-Saper riconoscere e rispettare le regole stabilite.</p>

Attività motoria classi seconde		
COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
<p>Le qualità fisiche più importanti: forza, resistenza, velocità e mobilità articolare (da consolidare).</p>	<p>-Saper utilizzare consapevolmente le procedure proposte dall'insegnante per l'incremento delle capacità condizionali.</p> <p>- Mantenere un impegno motorio prolungato nel tempo, manifestando autocontrollo del proprio corpo</p>	<p>- Saper gestire adeguatamente le proprie capacità motorie, ottenendo risultati misurabili secondo i normali test motori, adeguati ai propri livelli di maturazione, sviluppo e apprendimento.</p>

	nella sua funzionalità cardiorespiratoria e muscolare.	
- Le capacità coordinative (da consolidare).	- Saper utilizzare e trasferire le abilità coordinative acquisite nella realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport	-Saper eseguire esercizi con combinazioni di movimenti e circuiti anche articolati e complessi. - Saper padroneggiare adeguatamente l'uso di palle e palloni di dimensioni diverse.
- Gli elementi tecnici e regolamentari di base di alcuni sport di squadra praticabili nel nostro istituto: basket, pallavolo, calcio, ecc.	- Conoscere gli elementi tecnici essenziali delle attività e degli sport proposti. - Conoscere e rispettare il regolamento tecnico dei giochi sportivi.	- Saper eseguire i fondamentali degli sport proposti. - Saper operare efficacemente secondo il proprio ruolo nelle attività di gruppo e squadra.
- Le discipline fondamentali dell'atletica leggera: - la corsa di velocità e di resistenza - Il salto in alto e in lungo, i lanci	- Utilizzare opportunamente le proprie capacità condizionali per migliorare le proprie prestazioni atletiche. - Realizzare movimenti e sequenze di movimenti sempre più adeguate ai modelli proposti.	- Ottenere prestazioni misurabili nelle diverse discipline proposte sempre più adeguate ai livelli stabiliti per questa fascia d'età.
- Attività sportiva come valore etico.	Imparare a vivere l'attività sportiva con autocontrollo	- Partecipare in forma attiva e propositiva alle attività proposte

-Il valore del confronto e della competizione.	e rispetto per l'altro -Fare proprie le regole del fair play	(con particolare attenzione ai giochi di squadra) - Essere autonomi anche nell'eventuale arbitraggio e calcolo dei punteggi
---	---	--

Attività Motoria Classi Terze

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
Le qualità fisiche più importanti: forza, resistenza, velocità e mobilità articolare (da consolidare).	-Saper utilizzare le procedure proposte dall'insegnante per l'incremento delle capacità condizionali. - Essere consapevoli dei principali cambiamenti morfologici del proprio corpo.	- Saper gestire adeguatamente le proprie capacità motorie, ottenendo risultati misurabili secondo i normali test motori, adeguati ai propri livelli di maturazione, sviluppo e apprendimento.
- Le capacità coordinative (da consolidare).	- Saper utilizzare e trasferire le abilità coordinative acquisite nella realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport. - Saper prevedere correttamente lo sviluppo di una azione al fine di ottenere un risultato finale positivo.	-Saper eseguire esercizi con combinazioni di movimenti e circuiti, via via più articolati e complessi. - Saper padroneggiare adeguatamente l'uso di palle e palloni di dimensioni diverse.

<p>- Le tecniche e le tattiche dei giochi sportivi di squadra.</p> <p>- I gesti arbitrali delle discipline praticate.</p>	<p>- Conoscere gli elementi tecnici e tattici essenziali delle attività e degli sport proposti.</p> <p>- Conoscere e rispettare il regolamento tecnico dei giochi sportivi.</p>	<p>- Saper eseguire i fondamentali degli sport proposti.</p> <p>- Saper operare efficacemente secondo il proprio ruolo nelle attività di gruppo e squadra.</p>
<p>- Le discipline fondamentali dell'atletica leggera: la corsa di velocità e di resistenza; Il salto in alto e in lungo, il lancio del vortex e il getto del peso.</p> <p>-Le gare di staffetta.</p>	<p>- Utilizzare opportunamente le proprie capacità condizionali per migliorare le proprie prestazioni atletiche.</p> <p>- Realizzare movimenti e sequenze di movimenti sempre più adeguate ai modelli proposti.</p>	<p>- Ottenere prestazioni misurabili nelle diverse discipline proposte sempre più adeguate ai livelli stabiliti per questa fascia d'età.</p>
<p>- Attività sportiva come valore etico.</p> <p>-Il valore del confronto e della competizione.</p> <p>- Regole di prevenzione e attuazione della sicurezza personale a scuola, a casa e in ambienti esterni.</p>	<p>- Imparare a vivere l'attività sportiva con autocontrollo e rispetto per l'altro.</p> <p>-Fare proprie le regole del fair play.</p> <p>- Mettere in atto comportamenti consapevoli funzionali alla sicurezza.</p>	<p>- Partecipare in forma attiva e propositiva alle attività proposte.</p> <p>- Saper accettare anche la "sconfitta".</p> <p>- Assumere comportamenti necessari per mantenere un buono stato di salute.</p> <p>- Attuare comportamenti equilibrati dal punto di vista fisico ed emotivo. - Rispettare le regole di sicurezza e prevenzione in ogni contesto e situazione.</p>

DIDATTICA TRASVERSALE (attività attualmente sospesa causa pandemia COVID 19) Progetto interdisciplinare-UdL “ **Vivere il territorio-SORES** ” all’inizio dell’anno scolastico, per valorizzare le relazioni e la socializzazione ed applicare/consolidare, tramite attività come escursioni, percorsi avventura e orienteering, le capacità motorie di base.

EDUCAZIONE ALLA CONVIVENZA CIVILE

L’art.61 della legge provinciale sulla scuola specifica i tratti che caratterizzano in modo unitario il primo ciclo di istruzione, fra cui lo sviluppo della personalità nel rispetto e nella valorizzazione delle differenze individuali, l’educazione ai principi fondamentali della convivenza civile, dell’interazione sociale e dell’esercizio della cittadinanza attiva. Il perseguimento di queste finalità formative è promosso continuamente nell’ambito di tutte le attività di apprendimento, utilizzando e finalizzando opportunamente i contributi che la disciplina dell’attività motoria può offrire.

Per quanto riguarda l’Educazione alla Convivenza Civile (educazione alla cittadinanza, stradale, ambientale, alla salute, alimentare e all’affettività), all’interno del percorso disciplinare si affronterà in modo più specifico tematiche inerenti l’educazione ambientale e partecipazione ad attività scolastiche per dare l’opportunità agli alunni di socializzare, relazionarsi in maniera più approfondita ed entrare in contatto con la natura ed il territorio tramite varie attività strutturate. .

ATTIVITA’ DI SOSTEGNO E DI RECUPERO (ALUNNI BES)

Alunni con disabilità certificata (legge104) effettueranno percorsi disciplinari individualizzati-PEI di Attività Motoria nell’eventualità di gravi problematiche/difficoltà; il percorso sarà condiviso, per quanto possibile, con la classe per la socializzazione e l’integrazione.

Verranno adottate facilitazioni e semplificazioni nell’esecuzione delle esercitazioni; si punterà soprattutto ad acquisire le conoscenze e le abilità di base nei vari sport, affrontando in modo molto essenziale i vari ambiti motori.

Per gli *alunni con disturbi specifici di apprendimento* - DSA verrà steso, se necessario, il Progetto Educativo Personalizzato - PEP altrimenti seguiranno le medesime U. d. L. di Attività Motoria della classe con semplificazioni; al termine di ogni percorso didattico, se avranno svolto prove e test, dovranno aver raggiunto *le competenze minime* prefissate.

METODOLOGIE E STRUMENTI

Inizialmente si ritiene opportuno accettare con dei test d'ingresso le capacità intrinseche di ogni singolo alunno, andando a migliorare e potenziare le abilità di base, l'esecuzione e le tecniche specifiche del gesto sportivo preso in esame.

Le esperienze operative verranno condotte con l'intento di sviluppare negli alunni la capacità di osservare correttamente la realtà, aiutarli nell'acquisizione di un adeguato uso di modi, metodi e strumenti, guidarli verso espressioni non stereotipate; verranno sperimentare varie esercitazioni, in modo che ciascuno possa operare scelte consapevoli e adeguate al tipo di esecuzione da esprimere.

VERIFICA E VALUTAZIONE

La certificazione delle competenze avviene verificando e valutando il percorso formativo di apprendimento dello studente, durante tutto l'anno scolastico.

Per verificare la situazione di partenza degli alunni, come già accennato, verranno utilizzati test d'ingresso e svolte osservazioni sistematiche sull'interesse, sulla partecipazione e sul comportamento assunto.

La verifica sarà effettuata periodicamente e riguarderà:

- *Principalmente tramite verifiche pratiche*, tramite la produzione di esecuzioni motorie prestabilite già riprodotte con esercitazioni dagli alunni/e durante le lezioni in cui si valuteranno le competenze acquisite, l'abilità di esecuzione e la padronanza del proprio corpo.

autoverifiche di abilità, che verificano la capacità di analizzare e confrontare le abilità motorie.

- le interrogazioni orali individuali saranno limitate alle descrizioni e delucidazioni tenute prima e durante ogni dimostrazione pratica
- l'accertamento avverrà attraverso *discussioni e interventi orali che evidenzino l'attenzione e l'interesse del singolo alunno verso la materia e argomento affrontato*

La valutazione del lavoro dell'alunno avviene, prima di tutto, con la sua responsabilizzazione ed autonomia, favorendo l'autovalutazione alla fine di ogni percorso-unità di lavoro. Il momento della valutazione, quindi, non si collocherà alla fine del processo ma lo accompagnerà nel suo iter di formazione in modo da poter verificare se le conoscenze, le abilità e i metodi usati sono funzionali al raggiungimento delle competenze e, quindi, se i mezzi usati sono adeguati ai fini. Sarà così possibile intervenire con strategie di recupero al fine di rendere il più efficace possibile l'azione di stimolo e guida.

Affinché la valutazione sia formativa si ritiene inoltre fondamentale che l'alunno:

- sia consapevole delle competenze da raggiungere
- prenda coscienza delle conoscenze e abilità acquisite e delle sue carenze
- avanzi nel processo della conoscenza di sé e delle proprie attitudini

Nella valutazione complessiva si terrà conto delle variazioni positive di ciascun alunno rispetto ai livelli di partenza iniziali.

In caso di chiusura della scuola per emergenza sanitaria, o sospensione delle lezioni in presenza per le classi in quarantena preventiva, si procederà all'attuazione del DDI (Documento per la Didattica Integrata, consultabile sul sito), in tal caso il piano di studi verrà essenzializzato privilegiando i nuclei fondamentali del percorso di apprendimento del periodo in corso.

Per la Didattica Digitale Integrata (deliberazione della Giunta provinciale n. 1298 del 28 agosto 2020) si fa riferimento al Regolamento per la Didattica Integrata, consultabile sul sito.

Per l'Educazione civica e alla cittadinanza (Legge 20 agosto 2019 n. 92) si fa riferimento al documento del Consiglio di classe.

Brentonico, 23 ottobre 2023

Prof. Paolo Sabatini