

ISIS"Giulio Natta" – <i>Bergamo</i>	PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE D'ISTITUTO a.s. 2022/2023	
ISIS"Giulio Natta" – <i>Bergamo</i>		pag. 1 di 6

Disciplina Scienze Motorie e Sportive

Quinto anno

<i>Competenze</i>		
MOVIMENTO		
<i>conoscenze</i>	<i>abilità</i>	<i>tipologia e numero delle prove di verifica previste</i>
Riconoscere le diverse caratteristiche personali in ambito motorio e sportivo.	Avere consapevolezza delle proprie attitudini motorie e sportive e farle interagire per il raggiungimento di un obiettivo specifico.	Pratica 1
Riconoscere il ritmo personale nelle azioni motorie sportive.	Padroneggiare le differenze ritmiche e realizzare personalizzazioni efficaci.	Pratica 1
Conoscere le caratteristiche del territorio e comportamenti adeguati per tutelarlo, per consolidare il proprio stile di vita.	Mettere in atto comportamenti responsabile e di tutela del bene comune: long life learning.	Pratica 1 Scritta 1
Conoscere gli effetti positivi generati dai percorsi di preparazione fisica specifici.	Essere in grado di utilizzare e modulare quanto acquisito negli anni precedenti per il raggiungimento degli obiettivi prefissati.	Pratica 1 Scritta 1

ISIS"Giulio Natta" – Bergamo	PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE D'ISTITUTO a.s. 2022/2023	
ISIS"Giulio Natta" – Bergamo		pag. 2 di 6

<i>Competenze</i>		
LINGUAGGI DEL CORPO		
<i>conoscenze</i>	<i>abilità</i>	<i>tipologia e numero delle prove di verifica previste</i>
Conoscere i codici della comunicazione corporea anche in relazione alla pratica sportiva.	Essere in grado di organizzare in maniera autonoma un'attività sportiva.	Pratiche 1 Scritte1
Conoscere gli aspetti della comunicazione non verbale per migliorare l'espressività e l'efficacia delle relazioni interpersonali.	Individuare tra le diverse modalità espressive quella più congeniale alla propria personalità.	Pratica 1
<i>Competenze</i>		
GIOCO E SPORT		
<i>conoscenze</i>	<i>abilità</i>	<i>tipologia e numero delle prove di verifica previste</i>
Approfondire la conoscenza della teoria e della pratica delle tecniche dei fondamentali (individuali e di squadra) dei giochi e degli sport proposti.	Trasferire autonomamente tecniche sportive proponendo varianti.	Pratiche 1 Scritte1
Sviluppare le strategie tecnico tattiche dei giochi e degli sport.	Trasferire e realizzare autonomamente strategie e tattiche nelle attività sportive.	Pratica 1
Conoscere i fenomeni di massa legati al mondo sportivo e la loro storia.	Interpretare con senso critico i fenomeni di massa legati allo sport e le loro ripercussioni in ambito socio- culturale.	Scritto/ orale 1
Padroneggiare la terminologia, regolamento, fair play delle attività sportive praticate.	Svolgere ruoli di organizzazioni e gestione di tornei sportivi.	Pratica 1

ISIS"Giulio Natta" – Bergamo	PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE D'ISTITUTO a.s. 2022/2023	
ISIS"Giulio Natta" – Bergamo		pag. 3 di 6

SALUTE E BENESSERE		
CONOSCENZE	ABILITA'	<i>tipologia e numero delle prove di verifica previste</i>
Conosce gli elementi fondamentali del primo soccorso.	Prevenire autonomamente gli infortuni e applicare le procedure del Primo Soccorso.	Scritta 1
Approfondire gli aspetti relativi all'alimentazione e in particolare a quella sportiva.	Assumere comportamenti consapevoli e corretti rispetto all'alimentazione nei vari contesti.	Teorica 1
Approfondire gli effetti positivi di uno stile di vita finalizzato al benessere psicofisico e socio-relazionale.	Adottare autonomamente stili di vita attivi e permanenti. Long life learning.	Teorica 1

N. B. La sezione **GIOCO E SPORT**, quest'anno, a causa del Coronavirus, non potrà essere sviluppata in forma pratica. Durante la fase di emergenza sanitaria, salvo nuove disposizioni, si potranno approfondire i contenuti teorici dei singoli giochi sportivi (fondamentali, tecnica, tattica, gesti arbitrali, conoscenze relative alla storia specifica di ogni singolo gioco sportivo), in attesa di una successiva fase pratica, che potrebbe anche essere sviluppata in corso d'anno, qualora la situazione dovesse cambiare.

Macro-argomenti che verranno trattati nel corso del corrente anno scolastico:

Miglioramento delle qualità fisiche;

Miglioramento della funzione neuro-muscolare;

Acquisizione di capacità operative sportive;

Acquisizione di informazioni teorico pratiche relative alla disciplina e all'aspetto della salute dinamica.

ISIS"Giulio Natta" – Bergamo	PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE D'ISTITUTO a.s. 2022/2023	
ISIS"Giulio Natta" – Bergamo		pag. 5 di 6

Capacità: sa valutare caratteristiche relative alle proprie "cap. coord." in modo ...								
Attività sportive o dei giochi	2-3	4	5	6	7	8	9-10	
Conoscenze								
Conosce le regole dei giochi praticati								
Conosce i fondamentali dei giochi								
Competenze								
Utilizza i fondamentali individuali in modo ...								
Si muove nel campo di gioco secondo i principi di base di schemi semplici di attacco e difesa								
Capacità								
Sa descrivere il movimento dei fondamentali in modo ...								
E' capace di arbitrare una partita tra i compagni in modo ...								
Attività sportive individuali	2-3	4	5	6	7	8	9-10	
Conoscenze								
Conosce le regole e le dinamiche dell'attività proposta								
Competenze								
Esegue il gesto tecnico o il movimento in modo ...								

ISIS"Giulio Natta" – <i>Bergamo</i>	PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE D'ISTITUTO a.s. 2022/2023	
ISIS"Giulio Natta" – <i>Bergamo</i>		pag. 6 di 6

Capacità							
Concorre a realizzare compiti di giuria e alle organizzazione delle attività in modo ...							

2-3 - non conosce, non esegue, non riesce, non conforme, non sa descrivere, denota disimpegno, non organizza, ...

4- impreciso, vago, confuso, disorganico, poco rispondente, poco preciso, improprio, ...

5 - con alcune imprecisioni, permangono carenze, poco fluido, ...

6 - adeguato, aderente, accettabile, soddisfacente, positivo, errori non determinanti, rielaborazione essenziale ...

7 - adatto, pertinente, efficace, confacente, riesce a rielaborare, ...

8 – conforme alla richiesta e alla consegna, con esecuzione efficace e fluida, utilizza le tecniche appropriate, ...

9, 10 - possiede una padronanza del gesto o della situazione, applica in modo autonomo e utilizza le tecniche in modo appropriato, ...

Bergamo, 21 settembre 2022