

SCANSIONE PROVE E VERIFICHE

SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

LICEO LAURANA BALDI

	(comune a tutti gli indirizzi)	
	AS 2020/21	
DIDATTICA ORDINARIA		
MATERIA	TRIMESTRE - NUMERO DI PROVE	PENTAMESTRE – NUMERO DI PROVE
Scienze Motorie e Sportive (<u>BIENNIO</u>)	1 prova teorica s/o+ 2 prove pratiche	1 teorica s/o + 3 prove pratiche
Scienze Motorie e Sportive (<u>TRIENNIO</u>)	1 prova teorica s/o + 2 prove pratiche	1 prova teorica s/o + 3 prove pratiche

DDI DIDATTICA INTEGRATA

MATERIA	TRIMESTRE NUMERO DI PROVE	PENTAMESTRE NUMERO DI PROVE
Scienze Motorie e Sportive (<u>BIENNIO</u>)	1 prova teorica s/o + 1 prova pratiche	1 prova teorica s/o + 1/2 prove pratiche
Scienze Motorie e Sportive (<u>TRIENNIO</u>)	1 prova teorica s/o + 1 prova praticaA	1 prova teorica s/o + 1/2 prove pratiche

DAD DIDATTICA A DISTANZA

MATERIA	TRIMESTRE NUMERO DI PROVE	PENTAMESTRE NUMERO DI PROVE
Scienze Motorie e Sportive (<u>BIENNIO</u>)	1/2 prove teoriche s/o	2 prova teoriche s/o
Scienze Motorie e Sportive (<u>TRIENNIO</u>)	1/2 prove teoriche s/o	2 prova teoriche s/o

Programmazione per obiettivi minimi di Scienze Motorie e Sportive (LSO, LSU,LSA)

	Situazione ordinaria	DAD	DDI
Classe prima	<p>Conoscenza essenziale dell'apparato Locomotore</p> <p>Acquisizione schemi motori di base eseguiti in forma semplice e combinata.</p> <p>Conoscenza e pratica elementare di uno sport di squadra e delle sue regole fondamentali.</p> <p>Saper lavorare in gruppo e a coppie rispettando i tempi dei compagni.</p> <p>Rispettare le semplici regole di convivenza civile.</p>	<p>Conoscenza teorica essenziale dell'apparato Locomotore e di tutte le sue componenti.</p> <p>Conoscenza teorica basilare di almeno uno sport (regole, dimensioni del campo, numero di giocatori...)</p> <p>Conoscenza sommaria dei principi alimentari, della composizione degli alimenti.</p> <p>Saper riconoscere i movimenti di base tecnici di uno sport tramite visione di un filmato.</p>	<p>In questa sezione vanno inseriti gli ob minimi di entrambe poichè essendo la disciplina connotata da una parte teorica e da una pratica, in caso di DDI entrambe potranno essere svolte in forma alternata.</p>
Classe seconda	<p>Conoscenza essenziale degli apparati circolatorio e respiratorio e delle loro funzioni rispetto alle attività sportive.</p> <p>Saper utilizzare le capacità condizionali e coordinative nelle attività motorie proposte durante le lezioni. Conoscere in modo sommario la tecnica dei fondamentali di gioco e le regole di almeno uno sport.</p> <p>Essere in grado di eseguire il compito motorio richiesto in autonomia e/o solo</p>	<p>Conoscenza essenziale anatomica degli apparati circolatorio e respiratorio e delle loro funzioni rispetto alle attività sportive</p> <p>Conoscere in modo sommario la tecnica dei fondamentali di gioco e le regole di almeno uno sport.</p> <p>Conoscere le principali connessioni fra stili di vita corretti e salute.</p>	

	con qualche aiuto da parte del docente. Essere autonomi nel lavoro per gruppi.		
Classe terza	<p>Conoscenza dell'apparato muscolare, conoscenza sommaria delle capacità condizionali e coordinative in riferimento ai principali sport. Conoscere le principali relazioni fra movimento, sport e salute . Collaborare alla realizzazione motoria di un esercizio a coppie e in gruppo. Essere in grado di comprendere l'importanza del riscaldamento organico-muscolare, e dello stretching, Saper interpretare correttamente i gesti arbitrari fondamentali degli sport di squadra proposti.</p>	<p>Conoscenza dell'apparato muscolare, conoscenza sommaria delle capacità condizionali e coordinative in riferimento ai principali sport.</p> <p>Conoscere le principali relazioni fra movimento, sport e salute .</p> <p>Conoscere teoricamente i principi di composizione di un riscaldamento/condizionamento organico generale e i principali esercizi di allungamento.</p> <p>Riconoscere dato un filmato, i principali gesti arbitrari di almeno 2 sport.</p>	
Classe quarta	<p>Conoscere i principi dell'allenamento muscolare in generale e riferito alle diverse specialità sportive..</p> <p>Conoscere e mettere in pratica buone pratiche di sport e alimentazione.</p> <p>Metter in pratica seppur in modo globale le tattiche</p>	<p>Conoscere i principi dell'allenamento muscolare in generale e riferito alle diverse specialità sportive..</p> <p>Conoscere e mettere in pratica buone pratiche di sport e alimentazione.</p> <p>Conoscere al tecnica e la tattica di almeno uno sport.</p> <p>Conoscere i corretti</p>	

	<p>riferite ai principali sport di squadra e individuali.</p> <p>Conoscere i corretti comportamenti da mettere in atto in caso di primo soccorso</p>	<p>comportamenti da mettere in atto in caso di primo soccorso</p>	
Classe quinta	<p>Conoscere gli effetti positivi prodotti dall'attività fisica sugli apparati del proprio corpo.</p> <p>Conoscere i principi alimentari il loro valore e il loro corretto utilizzo, ai fini di una alimentazione bilanciata anche finalizzata allo sport. Saper organizzare in modo elementare e gestire sommariamente eventi sportivi scolastici ed extrascolastici.</p> <p>Praticare almeno due sport individuali e/o di squadra mostrando di possedere le tecniche di base, di conoscerne il regolamento e di avere un senso della competizione ispirato ai valori del "fair play". Conoscere in modo superficiale la storia della disciplina e degli sport più comuni. Conoscere i corretti comportamenti da mettere in atto in caso di primo</p>	<p>Conoscere i principi fondamentali della Teoria dell'Allenamento.</p> <p>Conoscere i principi dell'alimentazione e inserirli in un ipotetico piano alimentare individuale finalizzato al controllo del peso e alla pratica sportiva.</p> <p>Conoscenza teorica di almeno due sport individuali e/o di squadra mostrando di possedere le tecniche di base, di conoscerne il regolamento e di avere un senso della competizione ispirato ai valori del "fair play".</p> <p>Conoscere in modo superficiale la storia della disciplina e degli sport più comuni.</p> <p>Conoscere i corretti comportamenti da mettere in atto in caso di primo soccorso</p>	

	soccorso		
--	----------	--	--

GRIGLIA DI VALUTAZIONE

Griglia di valutazione di Scienze Motorie

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; Il restante 60% è dato dalla media delle verifiche disciplinari teoriche/pratiche riguardanti le conoscenze e le abilità.

Voto	Descrittori
2-3	Impegno e partecipazione assenti. Disinteresse totale per la disciplina.
4	Impegno e partecipazione scarsi. Lacunosa conoscenza degli schemi motori di base. Incapacità di applicare al gesto tecnico richiesto i necessari schemi motori. Disinteresse per la disciplina. Scarsa conoscenza della parte teorica.
5	Impegno discontinuo e partecipazione saltuaria. Conoscenze superficiali e non del tutto corrette degli schemi motori elementari. Le scarse conoscenze non consentono l'acquisizione del gesto atletico in maniera sufficiente. Scarso interesse per tutte le attività proposte. Conoscenza teorica superficiale e generica
6	Partecipazione non sempre costante. Conoscenze tecniche essenziali e sufficientemente corrette. Acquisizione delle conoscenze tecniche tale da garantire un'esecuzione motoria sufficiente. Interesse costante e poco attivo relativamente agli argomenti svolti. Conoscenza teorica essenziale degli argomenti più importanti.
7	Costanza nell'impegno, partecipazione attiva alle lezioni. Conoscenze tecniche di discreto livello. Conoscenze tali da garantire l'esecuzione del gesto atletico in modo corretto ma non

	<p>spontaneo.</p> <p>Attenzione ed interesse sempre presenti.</p> <p>Conoscenza teorica adeguata e discreto uso della terminologia tecnica.</p>
8	<p>Costanza nell'impegno, partecipazione attiva e costruttiva.</p> <p>Conoscenze tecniche complete e approfondite.</p> <p>Formulazione del gesto tecnico in modo corretto in virtù di una proficua e costante applicazione.</p> <p>Attenzione e interesse costanti.</p> <p>Conoscenza teorica sicura e precisa sulla maggior parte degli argomenti richiesti ed esposta con uso di terminologia tecnica appropriata.</p>
9	<p>Partecipazione costante,costruttiva e finalizzata alla realizzazione ottimale del risultato.</p> <p>Conoscenze tecniche sicure, approfondite e automatizzate.</p> <p>Tecnica del gesto sportivo acquisita, automatizzata,fatta propria ed eseguita con naturalezza.</p> <p>Attenzione e interesse costanti.</p> <p>Conoscenza teorica sicura con uso di terminologia appropriata su qualsiasi argomento esposta con stile personale.</p>
10	<p>Partecipazione assidua, interesse e disponibilità costanti.</p> <p>Disinvoltata sicurezza,ottima versatilità ed organica conoscenza dei contenuti proposti.</p> <p>Acquisizione del gesto tecnico automatizzato, personalizzato eseguito con naturalezza ed efficacia.</p> <p>Conoscenza teorica completa ed esposta brillantemente con capacità di elaborazione personale.</p>