



Ministero dell'Istruzione

Istituto d'Istruzione Superiore "Carlo e Nello Rosselli" - Aprilia  
Codice meccanografico LTIS004008 – Codice fiscale 80007670591



## ALLEGATO 1

(MODELLO GUIDA ALLA COMPILAZIONE DELL'ALLEGATO 1 AL DOCUMENTO DEL 15 MAGGIO)

### I programmi curriculari e gli obiettivi specifici disciplinari

A.S. 2019/2020

Materia Scienze motorie e sportive

Classe 5C RIM

Docente: Luigi Giugliano

Testo in adozione "Educare al movimento"

## ARTICOLAZIONE DEI CONTENUTI SVOLTI

### 2 Didattica in presenza

Esercitazioni per il miglioramento delle grandi funzioni (respiratoria e circolatoria)

Esercitazioni dell'incremento della velocità generale e segmentaria

Andature ginniche e pre - atletiche

Test salto in alto da fermo e salto in lungo da fermo e lancio della palla zavorrata

Esercizi di stretching

Esercizi per l'equilibrio e la coordinazione (Flamingo balance test, test di equilibrio star)

Esercizi di reazione con spostamenti direzionali (percorsi misti, circuit training)

Analisi dei fondamentali della pallavolo, del calcio, del basket

Training autogeno

❓ **Didattica a distanza**

Circuiti a stazioni per la mobilità articolare e il potenziamento generale  
Storia delle olimpiadi  
Etica sportiva e doping  
Fair Play  
Primo soccorso  
Alimentazione e Piramide alimentare

#### OBIETTIVI SPECIFICI DISCIPLINARI

Didattica in presenza  
Sviluppo delle capacità coordinative e condizionali  
Conoscenza dei regolamenti degli sport trattati  
Sviluppo della socialità e del senso civico  
Tutela dell'ambiente e della salute

#### GRIGLIE E CRITERI DI VALUTAZIONE

- 1) ESEGUIRE IL COMPITO MOTORIO ASSEGNATO - (esercizi)  
con impegno e padronanza 9-10  
con impegno ma non sempre con padronanza 7-8  
con impegno sufficiente e/o saltuario e discreta padronanza 6-7  
con impegno mediocre e scarsa padronanza 5  
con scarso impegno e padronanza 4
- 2) ESEGUIRE IL COMPITO MOTORIO ASSEGNATO – (fase ludica)  
con impegno e padronanza 9-10  
con impegno ma non sempre con padronanza 7-8  
con impegno sufficiente e/o saltuario e discreta padronanza 6-7  
con impegno mediocre e scarsa padronanza 5  
con scarso impegno e padronanza 4
- 3) RECEPISCE CONSEGNE E SPIEGAZIONI  
con molta attenzione 9-10  
con discreta attenzione 7-8  
con attenzione sporadica 6  
con mediocre attenzione 5  
con scarsa attenzione 4
- 4) ACCETTA LE ATTIVITA' PROPOSTE  
con entusiasmo 9-10  
di buon grado incondizionatamente 7-8  
settorialmente 6-7  
passivamente 5  
negativamente 4-5
- 5) COLLABORA CON I COMPAGNI e/o INSEGNANTE in modo  
Molto attivo e/o costruttivo 9-10



Attivo e/o costruttivo 8

Abbastanza attivo e/o costruttivo 7

Non sempre attivo e/o costruttivo 6

Scarsamente attivo e/o costruttivo 5

6) LA PRESTAZIONE FORNITA, RISPETTO ALLE CAPACITA' RISULTA

molto efficace 9-10

efficace 7-8

abbastanza efficace 6-7

sufficientemente efficace 6

scarsamente efficace 5

inefficace 4

7) SI GIUSTIFICA

mai 10

quasi mai (1-2 volte) 8-9

saltuariamente (3 volte) 7

abbastanza spesso 5-6

spesso 4-5

8) RISPETTA LE REGOLE ATTINENTI ALLA PALESTRA E SPOGLIATOI

sempre 9-10

quasi sempre 7-8

non sempre 6

saltuariamente 5

quasi mai 4

GRIGLIA DI VALUTAZIONE ORALE

DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE

Non comprende i contenuti delle domande e

non articola la sua pur minima risposta

coerente. Nessun uso del linguaggio tecnico

scientifico 2/3

Comprende parzialmente i contenuti ed 4

espone in maniera lacunosa e frammentaria.

Scarso uso del linguaggio tecnico-scientifico

Esprime una conoscenza superficiale degli 5

argomenti e li espone in modo

approssimativo, evidenziando improprietà

nell'uso del linguaggio tecnico-scientifico.

Conosce gli elementi essenziali degli 6

argomenti e li esprime in forma

essenzialmente corretta, pur se in modo

semplice. Mostra logica nel discorso, un uso

del linguaggio tecnico-scientifico accettabile

ma manca di approfondimento dei contenuti.

Mostra di conoscere discretamente i contenuti 7

e li esprime in forma chiara e

morfosintatticamente corretta con linguaggio

tecnico-scientifico appropriato. Esprime

osservazioni e idee coerenti e pertinenti.

Si orienta con sicurezza nel discorso, espone e 8

argomenta in modo chiaro, formalmente

corretto e lessicalmente appropriato. Ha

approfondito i concetti ed esprime  
osservazioni e idee personali, collegando i  
contenuti.

Conosce in maniera ampia e approfondita gli argomenti e collega i contenuti con ottime argomentazioni e proprietà di linguaggio, evidenziando un uso preciso della terminologia specifica. Mostra capacità critica e originalità di idee riuscendo ad operare collegamenti interdisciplinari. 09/10