



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca



**LICEO ARTISTICO MUSICALE E COREUTICO STATALE " FELICE CASORATI "**

Sede centrale: Via Mario Greppi 18 – 28100 Novara tel. 0321 34319 - fax: 0321 631560 c.f.: 80014030037  
e-mail: NOSL010001@istruzione.it; nosl010001@pec.istruzione.it; segreteria@artisticocasorati.it; sito: www.artisticocasorati.it

**Sezioni Artistiche**  
Sede Centrale e Sala Casorati  
Romagnano Sesia - NOSL010023  
Piazza XVI Marzo,1 tel. 0163 820847

**Sezione Musicale**  
Via Camoletti 21 - NOSL010001  
tel. 0321 482054 e  
Sala Casorati della sede centrale

**Sezione Coreutica**  
Via Ferrucci 25- NOSL010001,  
Sala danza Viale Ferrucci 27 e  
Sala Casorati della sede centrale

**MATERIA: SCIENZE MOTORIE**

**ANNO DI CORSO: TERZO ANNO**

**INDIRIZZO: Artistico-Musicale-Coreutico**

Ore settimanali: n° 2 per 30 settimane

**1. INDICAZIONI NAZIONALI**

L'insegnamento di scienze motorie e sportive costituisce un ambito essenziale per favorire negli studenti il perseguimento di un equilibrato sviluppo e un consapevole benessere psico-fisico. Tale insegnamento concorre a far conseguire allo studente, al termine del percorso quinquennale, risultati di apprendimento che lo mettono in grado di avere consapevolezza dell'importanza che riveste la pratica dell'attività motoria-sportiva "per il benessere individuale e collettivo e di saperla esercitare in modo efficace". Si tratta di una prospettiva finalizzata a valorizzare la funzione educativa e non solamente addestrativa delle scienze motorie e sportive.

L'insegnamento delle scienze motorie della scuola secondaria superiore rappresenta la conclusione di un percorso che mira al completamento della strutturazione della persona e della definizione della personalità per un consapevole inserimento nella società.

Le indicazioni ministeriali propongono un apprendimento per competenze (saper fare) quindi essere capaci di usare conoscenze, abilità e capacità personali in ambito ludico, espressivo, sportivo, del benessere e del tempo libero.

Si vuole precisare che l'intervento educativo della disciplina non si basa solo su aspetti pratici della materia, ma sul raggiungimento di una cultura del movimento e sul concetto di corporeità, attraverso un percorso operativo coerente nell'arco del quinquennio. Nello stesso tempo, va considerato che le due ore di lezione curricolare settimanale non possono essere da sole determinanti per un concreto sviluppo delle capacità e delle abilità strettamente motorie, ma possono sicuramente contribuire a un armonico accrescimento della persona valorizzando il percorso culturale dell'educazione fisica.

Si è convenuto pertanto, che la disciplina si basa sull'integrazione costante di saperi in termini di conoscenze e di abilità pratiche.

Il "saper fare" si sviluppa attraverso un percorso individuale, supportato dalla didattica dell'insegnante che, partendo dagli schemi di base, arriva nella sua applicazione pratica a un miglioramento della "conoscenza di sé", come finalità dei programmi scolastici.

Referente del procedimento:  
Docente referente:

Referente dell'Ufficio: Donatella Barbera





Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca



## LICEO ARTISTICO MUSICALE E COREUTICO STATALE " FELICE CASORATI "

Sede centrale: Via Mario Greppi 18 – 28100 Novara tel. 0321 34319 - fax: 0321 631560 c.f.: 80014030037  
e-mail: NOSL010001@istruzione.it; nosl010001@pec.istruzione.it; segreteria@artisticocasorati.it; sito: www.artisticocasorati.it

**Sezioni Artistiche**  
Sede Centrale e Sala Casorati  
Romagnano Sesia - NOSL010023  
Piazza XVI Marzo,1 tel. 0163 820847

**Sezione Musicale**  
Via Camoletti 21 - NOSL010001  
tel. 0321 482054 e  
Sala Casorati della sede centrale

**Sezione Coreutica**  
Via Ferrucci 25- NOSL010001,  
Sala danza Viale Ferrucci 27 e  
Sala Casorati della sede centrale

## 2. OBIETTIVI DIDATTICI terzo anno

Nel secondo biennio le Scienze Motorie e Sportive potranno basarsi sull'affermazione della consapevolezza di sé e su un maggior grado di sviluppo psicofisico. Si lavorerà dunque in modo più specifico sulle capacità condizionali e sulla tecnica delle diverse discipline sportive, alternando momenti di attività pratica in palestra ad altri di riflessione teorica su quanto svolto "con il corpo" per fornire le basi biologiche, fisiologiche e anatomiche del movimento.

### OBIETTIVI EDUCATIVI

- Consolidare gli obiettivi acquisiti nel biennio.
- Promuovere la cultura del fair play nella vita di tutti i giorni.
- Acquisire il valore della corporeità come aiuto al superamento del disagio.
- Acquisire spirito critico nei confronti di atteggiamenti "devianti" in ambito sportivo e no.

### OBIETTIVI TRASVERSALI

#### Obiettivi comportamentali:

- Rispetto delle regole di convivenza scolastica.
- Dialogo costruttivo con l'insegnante e con i compagni.
- Senso di responsabilità (conoscenza dei propri diritti e doveri).
- Ordine, precisione e attenzione nella cura dei materiali scolastici.
- Capacità di coordinare un gruppo di lavoro.

#### Obiettivi cognitivi:

- Acquisire un metodo di lavoro autonomo (capacità di organizzazione, di rielaborazione e applicazione pratica di elementi teorici).
- Utilizzare in forma personalizzata le capacità espressive corporee.
- Utilizzare e produrre documentazione.
- Costruire modelli: analizzare situazioni semplici determinando proprietà e strutture comuni.

#### Obiettivi linguistici:

- Arricchimento del proprio repertorio lessicale.
- Acquisizione dei linguaggi specifici della disciplina.

#### Obiettivi Pratici:

- Sviluppare la capacità di gestire lo sforzo.
- Acquisire la consapevolezza dei propri limiti e delle proprie capacità con l'intento di superarli.
- Conoscere le regole di un corretto stile di vita e cercare di applicarle.

## OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO

### Classi terze:

- Conoscenza dei vari tipi di resistenza e metodi di allenamento.
- Conoscenze essenziali delle norme di comportamento ai fini della prevenzione degli infortuni e del pronto soccorso.
- Conoscenza di un fondamentale di squadra relativo a ognuno degli sport praticati.
- Conoscenza e pratica di uno sport individuale.

Referente del procedimento:  
Docente referente:

Referente dell'Ufficio: Donatella Barbera



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca



## LICEO ARTISTICO MUSICALE E COREUTICO STATALE " FELICE CASORATI "

Sede centrale: Via Mario Greppi 18 – 28100 Novara tel. 0321 34319 - fax: 0321 631560 c.f.: 80014030037  
e-mail: NOSL010001@istruzione.it; nosl010001@pec.istruzione.it; segreteria@artisticocasorati.it; sito: www.artisticocasorati.it

### Sezioni Artistiche

Sede Centrale e Sala Casorati  
Romagnano Sesia - NOSL010023  
Piazza XVI Marzo,1 tel. 0163 820847

### Sezione Musicale

Via Camoletti 21 - NOSL010001  
tel. 0321 482054 e  
Sala Casorati della sede centrale

### Sezione Coreutica

Via Ferrucci 25- NOSL010001,  
Sala danza Viale Ferrucci 27 e  
Sala Casorati della sede centrale

### 3. METODI E STRUMENTI DI LAVORO

Nel triennio si dedicherà più tempo alla pratica sportiva; l'intensità del lavoro sarà maggiore rispetto al biennio ma sempre proporzionata al grado di preparazione degli alunni.

Sarà attuata una differenziazione degli obiettivi intermedi in base alle possibilità individuali.

Saranno utilizzati metodi deduttivi e/o induttivi secondo la natura delle esercitazioni.

Dove possibile, si cercherà di preferire l'esecuzione di esercizi a coppie e a gruppi, al fine di favorire la socializzazione e la collaborazione fra gli alunni.

Tutti gli alunni, in particolare quelli esonerati dalla parte pratica, saranno coinvolti nell'organizzazione di attività di arbitraggio degli sport individuali e di squadra. Inoltre, gli alunni esonerati dalla parte pratica, miglioreranno il linguaggio tecnico specifico attraverso la descrizione scritta delle attività svolte dai compagni. Tali relazioni saranno oggetto di valutazione.

Sarà motivata quanto più possibile ogni proposta evidenziandone qualità e benefici in modo da promuovere anche nei meno dotati, l'abitudine alla pratica sportiva.

Quanto possibile l'insegnamento sarà individualizzato e gli studenti invitati a correggersi anche reciprocamente;

Sarà costante il collegamento tra le spiegazioni tecniche/ teoriche e la pratica;

Si lavorerà anche in circuiti a stazioni e percorsi per sfruttare spazio, tempo e attrezzatura disponibile.

### 4. CONTENUTI DEL PROGRAMMA

- Esercizi: a carico naturale e aggiuntivo, di opposizione e resistenza, con piccoli attrezzi codificati e non codificati, ai grandi attrezzi, di rilassamento (in particolar modo di controllo della respirazione), in condizioni diverse (per ritmo d'esecuzione, in spazio ridotto ecc.), di equilibrio in forma statica, dinamica e di volo.
- Campestre, atletica leggera, nuoto
- Attività sportive individuali: atletica leggera, acrogym, badminton ecc.
- Attività presportive e sportive di squadra: pallavolo, pallacanestro, pallamano, calcio a cinque, baseball, rugby (educativo)
- Attività di arbitraggio degli sport individuali e di squadra
- Attività di assistenza diretta e indiretta alle attività
- Studio del movimento con particolare approfondimento della teoria e metodologia dell'allenamento, apparato cardiocircolatorio, respiratorio, muscolare.
- Teoria e pratica del Primo Soccorso

Referente del procedimento:  
Docente referente:

Referente dell'Ufficio: Donatella Barbera



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca



## LICEO ARTISTICO MUSICALE E COREUTICO STATALE " FELICE CASORATI "

Sede centrale: Via Mario Greppi 18 – 28100 Novara tel. 0321 34319 - fax: 0321 631560 c.f.: 80014030037  
e-mail: NOSL010001@istruzione.it; nosl010001@pec.istruzione.it; segreteria@artisticocasorati.it; sito: www.artisticocasorati.it

**Sezioni Artistiche**  
Sede Centrale e Sala Casorati  
Romagnano Sesia - NOSL010023  
Piazza XVI Marzo,1 tel. 0163 820847

**Sezione Musicale**  
Via Camoletti 21 - NOSL010001  
tel. 0321 482054 e  
Sala Casorati della sede centrale

**Sezione Coreutica**  
Via Ferrucci 25- NOSL010001,  
Sala danza Viale Ferrucci 27 e  
Sala Casorati della sede centrale

### CONTENUTI DEL PROGRAMMA CLASSE TERZA

#### • Primo Quadrimestre

##### **Potenziamento Fisiologico**

UD: Incremento delle capacità condizionali e mobilità articolare

- Corsa con variazioni di ritmo e direzioni
- Esercizi individuali a carico naturale e con sovraccarico
- Percorsi a stazioni e in circuito

##### **Consolidamento degli schemi motori e delle capacità coordinative**

UD: Le abilità motorie

- Esercizi di abilità e destrezza
- Esercizi di coordinazione dinamica generale
- Esercizi e lavori propedeutici al pattinaggio su ghiaccio

##### **Conoscenza delle Capacità Condizionali e Coordinative**

UD: Capacità Motorie

- Le capacità condizionali
- Le capacità coordinative

##### **Approfondimento e pratica delle attività sportive**

UD: Pallavolo

- Consolidamento dei fondamentali individuali e di squadra
- Partite e mini tornei

UD: Calcio a 5

- Consolidamento dei fondamentali individuali e di squadra

UD: Atletica Leggera

- Andature, corse e salti

#### • Secondo Quadrimestre

##### **Potenziamento fisiologico**

UD: Incremento delle capacità condizionali e mobilità articolare

- Lavori a coppie e in gruppo con e senza sovraccarico
- Utilizzo di piccoli e grandi attrezzi
- Staffette

##### **Consolidamento degli schemi motori e delle capacità coordinative**

UD: Le abilità motorie

- Esercizi di pre-acrobatica ed equilibrio
- Salti e saltelli con piccoli attrezzi e semplici combinazioni
- Esercizi propedeutici al pattinaggio su ghiaccio

##### **Classificazione dei Movimento**

UD: Classificazione dei Movimenti

- Movimento, attività motoria, esercizio fisico
- Definizione propria e specifica

Referente del procedimento:  
Docente referente:

Referente dell'Ufficio: Donatella Barbera



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca



## LICEO ARTISTICO MUSICALE E COREUTICO STATALE " FELICE CASORATI "

Sede centrale: Via Mario Greppi 18 – 28100 Novara tel. 0321 34319 - fax: 0321 631560 c.f.: 80014030037  
e-mail: NOSL010001@istruzione.it; nosl010001@pec.istruzione.it; segreteria@artisticocasorati.it; sito: www.artisticocasorati.it

**Sezioni Artistiche**  
Sede Centrale e Sala Casorati  
Romagnano Sesia - NOSL010023  
Piazza XVI Marzo,1 tel. 0163 820847

**Sezione Musicale**  
Via Camoletti 21 - NOSL010001  
tel. 0321 482054 e  
Sala Casorati della sede centrale

**Sezione Coreutica**  
Via Ferrucci 25- NOSL010001,  
Sala danza Viale Ferrucci 27 e  
Sala Casorati della sede centrale

### Approfondimento e pratica delle attività sportive

#### UD: Basket

- Consolidamento dei fondamentali individuali e di squadra
- Partite e mini tornei

#### UD: Baseball

- Tecnica di base e didattica dei fondamentali individuali
- Partite e mini tornei

#### UD: Atletica Leggera

- Corsa, salti e lanci con relative misurazioni.

## 5. TEMPI, MODI E VERIFICHE

Si rileva che, essendo la prestazione motoria umana appartenente alla categoria delle “Produzioni Complesse”, è difficile definire costantemente dei criteri oggettivi.

La valutazione formativa (controllo in itinere del processo di apprendimento) sarà effettuata tramite l'osservazione diretta e sistematica dell'insegnante. Inoltre i risultati ottenuti dalle discussioni, domande flash, esercitazioni libere o strutturate, dalla somministrazione dei test di rilevazione delle capacità motorie, forniranno nuove informazioni sulla situazione psicomotoria di ciascun alunno.

La valutazione sommativa (controllo del profitto scolastico ai fini della valutazione) sarà effettuata tramite:

- test, percorsi e prove di valutazione tradizionali relative alle varie unità didattiche svolte per quanto concerne la parte pratica;
- relazioni scritte e interrogazioni orali per quanto riguarda la parte teorica;
- interrogazioni orali, relazioni sulle lezioni svolte, ricerche e approfondimenti, attività di arbitraggio per gli alunni esonerati dalla parte pratica.
- Inoltre, partendo dal presupposto che ogni singolo alunno si pone su livelli psicomotori diversi, una particolare attenzione sarà rivolta ai progressi realizzati rispetto alla situazione di partenza e all'impegno e alla partecipazione dimostrati durante le lezioni. A discrezione dell'insegnante, potrà essere assegnato un voto sugli aspetti comportamentali.
- Gli studenti diversamente abili della sede che non svolgeranno le lezioni curriculari di scienze motorie saranno valutati grazie al progetto Sportiamo Insieme.

## 6. CRITERI DI VALUTAZIONE E GRIGLIA DI VALUTAZIONE

Il voto quadrimestrale e finale sarà quindi la risultante dei seguenti fattori:

- impegno, disponibilità e partecipazione dimostrati nelle diverse attività (puntualità all'appello, utilizzo degli indumenti idonei per svolgere l'attività, utilizzo corretto dell'attrezzatura);
- partecipazione al dialogo educativo (rapporto tra numero di lezioni svolte e quelle giustificate a riposo senza presentazione di certificato medico rilasciato dall'autorità competente, frequenza nella

Referente del procedimento:  
Docente referente:

Referente dell'Ufficio: Donatella Barbera



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca



**LICEO ARTISTICO MUSICALE E COREUTICO STATALE " FELICE CASORATI "**

Sede centrale: Via Mario Greppi 18 – 28100 Novara tel. 0321 34319 - fax: 0321 631560 c.f.: 80014030037  
e-mail: NOSL010001@istruzione.it; nosl010001@pec.istruzione.it; segreteria@artisticocasorati.it; sito: www.artisticocasorati.it

**Sezioni Artistiche**  
Sede Centrale e Sala Casorati  
Romagnano Sesia - NOSL010023  
Piazza XVI Marzo,1 tel. 0163 820847

**Sezione Musicale**  
Via Camoletti 21 - NOSL010001  
tel. 0321 482054 e  
Sala Casorati della sede centrale

**Sezione Coreutica**  
Via Ferrucci 25- NOSL010001,  
Sala danza Viale Ferrucci 27 e  
Sala Casorati della sede centrale

ripetizione del gesto motorio per migliorare le proprie prestazioni, tendenza a nascondersi nel gruppo, autonomia nel lavoro didattico ecc.),

- progressi realizzati rispetto alla situazione personale di partenza;
- voti ottenuti nelle prove di valutazione tradizionali relative alle varie unità didattiche (aspetti qualitativi del movimento);
- risultati ottenuti nelle misurazioni quantitative (salti, corsa, lanci..), questi saranno valutati secondo tabelle diverse per sesso ed età in cui i risultati sono ordinati in modo tale che a ognuno di essi corrisponda un voto (ciò rende oggettiva la valutazione per tutte le età e le classi);
- voti ottenuti nelle ricerche/interrogazioni/relazioni del programma teorico svolto;
- risultati ottenuti nelle giornate dedicate agli approfondimenti didattici di materia e prove comuni di valutazione ove i docenti riterranno opportuno svolgere;
- partecipazione proficua alle gare di Istituto e dei Campionati Studenteschi.

Un discorso a parte va fatto per quei soggetti che manifestano degli handicap per grossa costituzione fisica, per scarso schema corporeo o per motivi documentati dall'autorità competente. Poiché per questi alunni può essere molto difficile giungere a certe mete, diventerà ulteriore elemento di valutazione la volontà di riuscire e la collaborazione nell'ora di lezione.

Per gli allievi esonerati parzialmente, temporaneamente o totalmente dall'attività pratica la valutazione terrà conto della partecipazione attiva alle lezioni (compiti di arbitraggio, assistenza ai compagni ecc.), relazioni, ricerche, interrogazioni su argomenti trattati.

Dove il docente sia alla presenza di alunni non valutabili sotto il profilo operativo, egli potrà valutarli sul piano delle conoscenze teoriche specifiche acquisite. (Prot. 21590/126 del 21 giugno 1995).

Le verifiche previste per quadrimestre saranno almeno due.

OSSERVAZIONE SISTEMATICA E VALUTAZIONE					
VOTO	PRESENZA	PARTECIPAZIONE	IMPEGNO	COMPORAMENTO E RISPETTO DELLE REGOLE	ATTENZIONE-INTERESSE
9-10	COSTANTE: sempre presente	MOLTO ATTIVA: costante, mostra desiderio di apprendimento, propositiva.	COSTANTE: elevato in tutte le attività	Sempre corretto, responsabile, collaborativo.	Elevata, costante, adeguata
7-8	CONTINUA	ATTIVA ma non elevata in tutte le attività.	ELEVATO in alcune, sufficiente in altre attività.	Vivace ma responsabile e globalmente corretto.	Mirata solo su particolari interessi; globalmente adeguata
6	DISCONTINUA	PASSIVA: lavora in gruppo, poca autonomia nel lavoro individuale.	SUFFICIENTE in tutte le attività, migliorabile	Sufficientemente corretto, a volte dispersivo.	Sufficiente ma non costante; adeguata se richiamato
5	SALTUARIA: assenze strategiche e uscite anticipate o posticipate in occasione delle prove di valutazione	DISCONTINUA: alterna partecipazione e disinteresse	DISCONTINUO: alterna impegno/disinteresse, non rispetta le scadenze.	Poco responsabile, disturba con frequenza, da richiamare, non rispetta le regole.	Si distrae facilmente tempi di attenzione e interesse limitati.
4 3 2 1	NULLA o SCARSA: numerose assenze, anche con nota informativa sul registro di classe	NEGATIVA: rifiuto, registrazione di giustificazioni in eccesso oltre a quelle consentite	Mancanza d'impegno	Scorretto: spesso non consente il regolare svolgimento delle lezioni. Dimentica spesso il materiale	Scarsa capacità di attenzione interesse molto limitato

Referente del procedimento:  
Docente referente:

Referente dell'Ufficio: Donatella Barbera



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca



## LICEO ARTISTICO MUSICALE E COREUTICO STATALE " FELICE CASORATI "

Sede centrale: Via Mario Greppi 18 – 28100 Novara tel. 0321 34319 - fax: 0321 631560 c.f.: 80014030037  
e-mail: NOSL010001@istruzione.it; nosl010001@pec.istruzione.it; segreteria@artisticocasorati.it; sito: www.artisticocasorati.it

### Sezioni Artistiche

Sede Centrale e Sala Casorati  
Romagnano Sesia - NOSL010023  
Piazza XVI Marzo,1 tel. 0163 820847

### Sezione Musicale

Via Camoletti 21 - NOSL010001  
tel. 0321 482054 e  
Sala Casorati della sede centrale

### Sezione Coreutica

Via Ferrucci 25- NOSL010001,  
Sala danza Viale Ferrucci 27 e  
Sala Casorati della sede centrale

## 7. MODALITÀ RECUPERO CARENZE

Il recupero sarà effettuato in itinere in orario curricolare, ripetendo e correggendo le consegne in modo individualizzato sia sulla parte pratica sia su quella teorica.

## 8. LIBRI DI TESTO

<http://www.liceodellearticasorati.gov.it/libri-di-testo/>

Referente del procedimento:  
Docente referente:

Referente dell'Ufficio: Donatella Barbera