

**ISTITUTO ISTRUZIONE SUPERIORE “Renato Guttuso” - MILAZZO**  
**X LICEO ARTISTICO**  
 ISTITUTO PROFESS. SERVIZI COMMERCIALI E SERVIZI PER L'ENOGASTRONOMIA  
**ANNO SCOLASTICO 2025/2026**

**PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE**

|                 |                             |
|-----------------|-----------------------------|
| anno scolastico | <b>2025 / 2026</b>          |
| classe          | PRIMA sez. A - <b>B</b> - D |
| disciplina      | SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE  |
| settore         | LICEO ARTISTICO             |
| indirizzo       | NUOVO ORDINAMENTO           |
| Ore settimanali | 2                           |
| Ore annuali     | 66                          |
| Docente         | <b>Lanza Placido</b>        |

**PROFILO IN USCITA (PECUP)**

**Primo biennio**

Al termine del percorso scolastico lo studente dovrà : Conoscere il proprio corpo e il suo funzionamento.  
 Conoscere applicare alcune metodiche di allenamento per migliorare la propria efficienza fisica.  
 Sperimentare azioni motorie sempre più complesse per migliorare le capacità coordinative.  
 Rispettare l' insegnante, i compagni e l' ambiente in cui lavora.  
 Conoscere e applicare norme igienico sanitarie e alimentari indispensabili per il mantenimento del benessere individuale.

**FINALITA' EDUCATIVE**

- Sviluppo e miglioramento delle capacità condizionali: resistenza, velocità, forza, mobilità articolare
- Elementi tecnici e regolamentari di alcuni sport
- Tecniche di espressività corporea
- Effetti delle attività motorie e sportive per il benessere della persona e la prevenzione delle malattie

**ANALISI DELLA SITUAZIONE DI PARTENZA classe 1<sup>A</sup>B (profilo generale della classe)**

**Alunni:** 21 ( 5 maschi, 16 femmine)

La classe è attualmente formata da 21 alunni (16 femmine, 5 maschi), 1 alunno H o BES o DSA che non presentano particolari problemi per l'attività motoria. Gli alunni sopra indicati frequentano regolarmente le lezioni. Tutti gli alunni mostrano un atteggiamento corretto sia tra loro che nei confronti dei docenti. Lo svolgimento delle lezioni avviene in un clima sereno.

Buona parte della classe manifesta buone potenzialità e la partecipazione e l'impegno sono attivi.

Dai risultati emersi dai test d'ingresso si evidenziano come sotto indicato 3 fasce di livello: base, intermedio e avanzato.

Dal punto di vista comportamentale la classe non ha dato nessun problema.

**LIVELLI DI PARTENZA**

| <b>LIVELLI DI PARTENZA</b> |                                |                   |                             |                            |
|----------------------------|--------------------------------|-------------------|-----------------------------|----------------------------|
| ASSENTE<br>o Mai Venuto    | LIV. BASE NON<br>RAGGIUNTO < 6 | LIVELLO BASE<br>6 | LIVELLO INTERMEDIO<br>7 – 8 | LIVELLO AVANZATO<br>9 – 10 |
| n.                         | n. 0                           | n. 12             | n. 6                        | n. 3                       |

**1. COMPETENZE DI CITTADINANZA**

|   |           |                                                                        |
|---|-----------|------------------------------------------------------------------------|
|   | <b>C1</b> | COMPETENZA ALFABETICA FUNZIONALE                                       |
|   | <b>C2</b> | COMPETENZA MULTILINGUISTICA                                            |
|   | <b>C3</b> | COMPETENZA MATEMATICA E COMPETENZA IN SCIENZE, TECNOLOGIE E INGEGNERIA |
|   | <b>C4</b> | COMPETENZA DIGITALE                                                    |
| X | <b>C5</b> | COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE        |
| X | <b>C6</b> | COMPETENZA IN MATERIA DI CITTADINANZA                                  |
| X | <b>C7</b> | COMPETENZA IMPRENDITORIALE                                             |

**2. COMPETENZE DEGLI ASSI CULTURALI**

|   |            |                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---|------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| X | <b>L1</b>  | Padroneggiare gli strumenti espressivi ed argomentativi indispensabili per gestire l'interazione comunicativa verbale in vari contesti.                                                                                                                          |
|   | <b>L2</b>  | Leggere, comprendere ed interpretare testi scritti di vario tipo.                                                                                                                                                                                                |
|   | <b>L3</b>  | Produrre testi di vario tipo in relazione ai differenti scopi comunicativi.                                                                                                                                                                                      |
|   | <b>L4</b>  | Utilizzare una lingua straniera per i principali scopi comunicativi ed operativi.                                                                                                                                                                                |
|   | <b>L5</b>  | Utilizzare gli strumenti fondamentali per una fruizione consapevole del patrimonio artistico e letterario.                                                                                                                                                       |
|   | <b>L6</b>  | Utilizzare e produrre testi multimediali.                                                                                                                                                                                                                        |
|   | <b>M1</b>  | Utilizzare le tecniche e le procedure del calcolo aritmetico ed algebrico, rappresentandole anche sotto forma grafica.                                                                                                                                           |
|   | <b>M2</b>  | Confrontare ed analizzare figure geometriche, individuando invarianti e relazioni.                                                                                                                                                                               |
| X | <b>M3</b>  | Individuare le strategie appropriate per la soluzione di problemi.                                                                                                                                                                                               |
|   | <b>M4</b>  | Analizzare dati e interpretarli sviluppando deduzioni e ragionamenti sugli stessi anche con l'ausilio di rappresentazioni grafiche, usando consapevolmente gli strumenti di calcolo e le potenzialità offerte da applicazioni specifiche di tipo informatico.    |
|   | <b>S1</b>  | Comprendere il cambiamento e la diversità dei tempi storici in una dimensione diacronica attraverso il confronto fra epoche e in una dimensione sincronica attraverso il confronto fra aree geografiche e culturali.                                             |
| X | <b>S2</b>  | Collocare l'esperienza personale in un sistema di regole fondato sul reciproco riconoscimento dei diritti garantiti dalla Costituzione, a tutela della persona, della collettività e dell'ambiente.                                                              |
|   | <b>S3</b>  | Riconoscere le caratteristiche essenziali del sistema socioeconomico per orientarsi nel tessuto produttivo del proprio territorio.                                                                                                                               |
| X | <b>T1</b>  | Osservare, descrivere ed analizzare fenomeni appartenenti alla realtà naturale e artificiale e riconoscere nelle sue varie forme i concetti di sistema e di complessità.                                                                                         |
|   | <b>T2</b>  | Analizzare qualitativamente e quantitativamente fenomeni legati alle trasformazioni di energia a partire dall'esperienza.                                                                                                                                        |
|   | <b>T3</b>  | Essere consapevole delle potenzialità delle tecnologie rispetto al contesto culturale e sociale in cui vengono applicate.                                                                                                                                        |
| X | <b>SM</b>  | SM1 Movimento - SM2 Linguaggi del corpo - SM3 Sport, regole e fair play - SM4 Salute e benessere.                                                                                                                                                                |
|   | <b>IRC</b> | Riconoscere come la religione cattolica promuove, attraverso un'adeguata mediazione educativo-didattica, la conoscenza della concezione cristiano-cattolica del mondo e della storia, come risorsa di senso per la comprensione di sé, degli altri e della vita. |

### 3. COMPETENZE DELL'AREA GENERALE

|   |            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| X | <b>G1</b>  | Saper valutare fatti e orientare i propri comportamenti personali in ambito familiare, scolastico e sociale.                                                                                                                                                                                                                                  |
|   | <b>G2a</b> | Gestire l'interazione comunicativa, orale e scritta, in relazione agli interlocutori e al contesto. Comprendere i punti principali di testi orali e scritti di varia tipologia, provenienti da fonti diverse, anche digitali.                                                                                                                 |
|   | <b>G2b</b> | Elaborare testi funzionali, orali e scritti, di varie tipologie, per descrivere esperienze, spiegare fenomeni e concetti, raccontare eventi, con un uso corretto del lessico di base e un uso appropriato delle competenze espressive.                                                                                                        |
|   | <b>G3</b>  | Acquisire informazioni sulle caratteristiche geomorfologiche e antropiche del territorio e delle sue trasformazioni nel tempo, applicando strumenti e metodi adeguati.                                                                                                                                                                        |
| X | <b>G4a</b> | Acquisire informazioni sulle tradizioni culturali locali utilizzando strumenti e metodi adeguati.                                                                                                                                                                                                                                             |
| X | <b>G4b</b> | Illustrare le caratteristiche della cultura locale e nazionale di appartenenza, anche a soggetti di altre culture.                                                                                                                                                                                                                            |
|   | <b>G5</b>  | Utilizzare la lingua straniera, in ambiti inerenti alla sfera personale e sociale, per comprendere i punti principali di testi orali e scritti; per produrre semplici e brevi testi orali e scritti per descrivere e raccontare esperienze ed eventi; per interagire in situazioni semplici e di routine e partecipare a brevi conversazioni. |
|   | <b>G6</b>  | Acquisire informazioni sulle testimonianze artistiche e sui beni ambientali del territorio di appartenenza utilizzando strumenti e metodi adeguati.                                                                                                                                                                                           |
|   | <b>G7</b>  | Identificare le forme di comunicazione e utilizzare le informazioni per produrre semplici testi multimediali in contesti strutturati, sia in italiano sia nelle lingue straniere oggetto di studio, verificando l'attendibilità delle fonti.                                                                                                  |
|   | <b>G8</b>  | Utilizzare i principali dispositivi individuali e servizi di rete nell'ambito della vita quotidiana e in contesti di studio circoscritti rispettando le norme in materia di sicurezza e privacy.                                                                                                                                              |
| X | <b>G9</b>  | Praticare l'espressività corporea ed esercitare la pratica sportiva, in modo efficace, in situazioni note, in ambito familiare, scolastico e sociale.                                                                                                                                                                                         |
|   | <b>G10</b> | Riconoscere le principali funzioni e processi di un'organizzazione e i principi di base dell'economia.                                                                                                                                                                                                                                        |
| X | <b>G11</b> | Utilizzare gli strumenti tecnologici affidati avendo cura della sicurezza, della tutela della salute nei luoghi di lavoro e della dignità della persona, nel rispetto della normativa di riferimento e sotto supervisione.                                                                                                                    |
|   | <b>G12</b> | Utilizzare i concetti e gli strumenti fondamentali dell'asse culturale matematico per affrontare e risolvere problemi strutturati anche utilizzando strumenti e applicazioni informatiche.                                                                                                                                                    |

#### SAPERI

I saperi disciplinari sono articolati in **abilità** e **conoscenze** dei MODULI

Modulo n.0 : **Accoglienza**

Modulo n.1 : **Qualità motorie**

Modulo n.2 : **Rielaborazione degli schemi motori di base**

Modulo n.3 : **Consolidamento del carattere sviluppo della socialità e del senso civico**

Modulo n.4 : **Conoscenza e pratica delle attività sportive**

| COMPETENZE                           | ABILITA'                                                                                                                                                           | CONOSCENZE                                                                                                                                 |
|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Gestione del proprio schema corporeo | Sa mantenere l'equilibrio statico e dinamico e il controllo della postura.<br>Sa organizzare lo spazio-temporale.<br>Coordinazione oculo-manuale e oculo podalica. | Conoscenza delle varie parti del corpo.<br>Conoscenza della lateralità.<br>Conoscenza degli assi e dei piani fondamentali del corpo umano. |

| <b>COMPETENZE</b>                    | <b>ABILITA'</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>CONOSCENZE</b>                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Gestione della funzione respiratoria | Sa utilizzare la respirazione a seconda del tipo di movimento.<br>Sa riconoscere i propri limiti e le proprie capacità.                                                                                                                                                                             | Conosce esercizi utili al miglioramento delle funzioni cardio-respiratorie.<br>Conosce i vari tipi di respirazione.                                                                                        |
|                                      | Sa controllare la propria respirazione in base allo sforzo muscolare.                                                                                                                                                                                                                               | Conosce attività individuali e sportive di tipo aerobico.                                                                                                                                                  |
| <b>COMPETENZE</b>                    | <b>ABILITA'</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>CONOSCENZE</b>                                                                                                                                                                                          |
| Gestione della mobilità articolare   | Sa migliorare la propria escursione articolare.<br>Sa incrementare la scioltezza articolare al fine di migliorare gli apprendimenti motori.<br>Sa controllare il tono muscolare.                                                                                                                    | Conosce esercizi di allungamento muscolare.<br>Conosce esercizi eseguiti con piccoli e grandi attrezzi.                                                                                                    |
| <b>COMPETENZE</b>                    | <b>ABILITA'</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>CONOSCENZE</b>                                                                                                                                                                                          |
| Gestione della forza muscolare.      | Sa migliorare la propria forza muscolare mediante esercizi a carico naturale o con piccoli carichi.<br>Sa controllare il proprio ritmo muscolare .<br>Sa adeguare i propri tempi di recupero in base agli sforzi. Sa utilizzare la propria forza muscolare in base al tipo di attività da svolgere. | Conosce esercizi semplici a carico naturale.<br>Conosce esercizi con attrezzi a lieve carico.<br>Conosce il potenziamento degli arti superiori, inferiori, del tronco e del settore addominale.            |
| <b>COMPETENZE</b>                    | <b>ABILITA'</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>CONOSCENZE</b>                                                                                                                                                                                          |
| Gestione della velocità              | Sa compiere atti motori in breve tempo.<br>Sa utilizzare la propria velocità dei movimenti in relazione al gesto ginnico sportivo.<br>Sa utilizzare la rapidità di reazione a comandi visivi e acustici                                                                                             | Conosce esercizi di rapidità, di sprint, di opposizione e di resistenza .                                                                                                                                  |
| <b>COMPETENZE</b>                    | <b>ABILITA'</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>CONOSCENZE</b>                                                                                                                                                                                          |
| Gestione di alcuni giochi sportivi   | Sa eseguire il palleggio.<br>Sa eseguire il bagher.<br>Sa eseguire la battuta a tennis. Sa eseguire i passaggi nel gioco della pallacanestro.<br>Sa eseguire il tiro a canestro e il terzo tempo.                                                                                                   | Conosce i fondamentali individuali dei vari sport.<br>Conosce le regole di alcuni giochi sportivi.<br>Conosce gli schemi di gioco. Conosce il rispetto delle regole e il sapersi rapportare con gli altri. |
| <b>COMPETENZE</b>                    | <b>ABILITA'</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>CONOSCENZE</b>                                                                                                                                                                                          |

|                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Gestione delle caratteristiche proprie dell'attività motoria. | Sa utilizzare il proprio corpo per esprimere emozioni, stati d'animo, sentimenti.<br>Sa utilizzare il proprio corpo in termini di dignità e di rispetto. Sa stabilire in maniera armonica le relazioni con gli altri attraverso il proprio corpo. | Conosce l'importanza del movimento sotto gli aspetti igienico-sanitari e alimentari.<br>Conosce gli effetti del movimento sui vari apparati fisiologici.<br>Conosce l'importanza del movimento come espressività corporea<br>Conoscenza del linguaggio specifico della disciplina. |
|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### OBIETTIVI SPECIFICI MINIMI

- Conoscere il proprio corpo;
- Padroneggiare la terminologia essenziale;
- Coscienza del proprio schema motorio, equilibrio e coordinazione generale;
- Conoscenza delle capacità condizionali(forza, resistenza, rapidità e mobilità articolare);
- Consapevolezza dell'attività motoria-sportiva come valore etico e socializzante;
- Regolamentazione di alcuni sport praticabili a livello scolastico;
- Conoscenza di piccoli e grandi attrezzi a disposizione dell'Istituto;
- Usare in modo consapevole il linguaggio del corpo per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture individuali e a coppie;
- Conoscere le regole di almeno una disciplina individuale e due collettive;
- Socializzare, interagire, partecipare alla vita di gruppo;
- Arricchimento della propria cultura motoria e sportiva.

### PIANO DELLE ATTIVITA'

| MODULO 0: Accoglienza - Conoscenza della classe - Patto Educativo - Accertamento dei livelli di partenza - Tempi: settembre - ottobre (ore 6)<br>(modulo di allineamento delle competenze)                                                                          |                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| PREREQUISITI                                                                                                                                                                                                                                                        | OBIETTIVI DEL MODULO                                                                                                                              |
| Minima coscienza di corporeità e percezione sommaria a livello spazio-temporale.                                                                                                                                                                                    | Stabilire il livello di partenza sotto il profilo dinamico-motorio e coordinativo.<br>Approfondimento delle capacità condizionali e coordinative. |
| CONTENUTI                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sargent test o test di elevazione - (Salto in alto da fermo da posizione laterale);</li> <li>- Salto in lungo da fermo (con piedi paralleli e leggermente divaricati).</li> <li>- Esercitazioni a corpo libero.</li> </ul> |                                                                                                                                                   |

| MODULO 1 : Qualità motorie |                                                                                                                                            |
|----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| PREREQUISITI               | OBIETTIVI DEL MODULO                                                                                                                       |
| Resistenza fisiologica.    | Migliorare la funzionalità dell'apparato locomotore.                                                                                       |
| Potenziamento Fisiologico. | Migliorare la mobilità articolare, la forza generale e la tonicità delle principali masse muscolari                                        |
| Nozioni di Anatomia Umana. | Utilizzare le conoscenze teoriche acquisite, sviluppandole praticamente per acquistare maggiore funzionalità ed una migliore resa motoria. |

| UNITA' DIDATTICA 1.1 <b>Resistenza fisiologica</b>                      |                       |
|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| CONTENUTI                                                               | TEMPI(12 h)           |
| Corsa lenta a velocità costante per un tempo progressivamente maggiore. | 6 u.h.                |
| Giochi di resistenza e percorsi.                                        | 6 u.h.                |
| PERIODO DI SVOLGIMENTO DELL'UNITA' MESE DI                              | Settembre-<br>Ottobre |

| UNITA' DIDATTICA 1.2 Potenziamento fisiologico- Nozioni di anatomia umana                    |                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| CONTENUTI                                                                                    | TEMPI (12 h)          |
| Esercizi a carico naturale; Esercizi sul posto ed in movimento; Percorsi; Staffetta; Giochi. | 6 u.h.                |
| Cenni sugli apparati: Scheletrico, Articolare, Muscolare;                                    | 6 u.h.                |
| PERIODO DI SVOLGIMENTO DELL'UNITA' MESE DI                                                   | Novembre-<br>Dicembre |

| MODULO 2: Rielaborazione degli schemi motori di base |                                                                    |
|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
| PREREQUISITI                                         | OBIETTIVI DEL MODULO                                               |
| Mobilità articolare                                  | Sfruttare in modo ottimale il movimento delle articolazioni.       |
| Coordinazione                                        | Eseguire in modo appropriato nella giusta sequenza azioni motorie. |
| Equilibrio                                           | Migliorare il proprio equilibrio statico e dinamico                |

| UNITA' DIDATTICA 2.1 <b>Mobilità articolare</b>                                                                       |                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| CONTENUTI                                                                                                             | TEMPI (9 h)      |
| Esercizi attivi a carico naturale per la scioltezza articolare;<br>Esercizi di allungamento muscolare.                | 5 h              |
| Acquisire esperienze che permettono di adattarsi ad ogni situazione motoria e di esprimere gesti semplici e complessi | 4 h              |
| PERIODO DI SVOLGIMENTO DELL'UNITA' MESE DI                                                                            | Ottobre -Gennaio |

| UNITA' DIDATTICA 2.2 <b>Coordinazione ed equilibrio</b> |                |
|---------------------------------------------------------|----------------|
| CONTENUTI                                               | TEMPI (8 h)    |
| Traslocazioni su basi diverse e instabili;              | 4 h            |
| Mantenimento di oggetti in equilibrio;                  | 4 h            |
| PERIODO DI SVOLGIMENTO DELL'UNITA' MESE DI              | Febbraio Marzo |

| MODULO 3: Consolidamento del carattere sviluppo della socialità e del senso civico                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| PREREQUISITI                                                                                                                    | OBIETTIVI DEL MODULO                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Esercizi di pre-acrobatica                                                                                                      | Migliorare la coordinazione, la mobilità, l'elevazione e il ritmo.                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Informazioni fondamentali sulla tutela della salute e sulla prevenzione degli infortuni e attuazione della sicurezza personale. | "Stile di vita" che cerchi di realizzare una condizione di armonico equilibrio tra mente e corpo; adottare i principi igienici e scientifici per mantenere il proprio stato di salute e migliorare l'efficienza fisica; conoscere le elementari norme sanitarie e alimentari per il mantenimento del proprio benessere. |

| UNITA' DIDATTICA 3.1 <b>Pre-acrobatica</b>          |              |
|-----------------------------------------------------|--------------|
| CONTENUTI                                           | TEMPI ( 2 h) |
| Capovolte in avanti e indietro; verticale poggiate; | 2 h          |
| PERIODO DI SVOLGIMENTO DELL'UNITA' MESE DI          | Marzo        |

| UNITA' DIDATTICA 3.2 <b>Educazione alla salute</b>       |              |
|----------------------------------------------------------|--------------|
| CONTENUTI                                                | TEMPI (4 h)  |
| Cenni sull' educazione alimentare;                       | 2 h          |
| La colonna vertebrale e i Paramorfismi dell'età scolare. | 2 h          |
| PERIODO DI SVOLGIMENTO DELL'UNITA' MESE DI               | Marzo Aprile |

| <b>MODULO 4 Conoscenza e pratica delle attività sportive</b> |                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| PREREQUISITI                                                 | OBIETTIVI DEL MODULO                                                                            |
| Avviamento allo sport                                        | Prendere coscienza di cosa vuol dire fare sport; sapere cosa significa essere un vero sportivo. |
|                                                              | Sperimentare diversi ruoli e le relative responsabilità.                                        |

| UNITA' DIDATTICA 4.1 <b>Avviamento allo sport</b>                          |               |
|----------------------------------------------------------------------------|---------------|
| CONTENUTI                                                                  | TEMPI (10 h)  |
| Conoscere le regole degli sport praticati (sia individuali che di squadra) | 4 h           |
| I fondamentali individuali;                                                | 6 h           |
| PERIODO DI SVOLGIMENTO DELL'UNITA' MESE DI                                 | Aprile Maggio |

| UNITA' DIDATTICA 4.2 <b>Strategie di gioco</b>                               |              |
|------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| CONTENUTI                                                                    | TEMPI ( 4 h) |
| Applicare strategie efficaci per la risoluzione di situazioni problematiche. | 4 h          |
| PERIODO DI SVOLGIMENTO DELL'UNITA' MESE DI                                   | Giugno       |

| EDUCAZIONE CIVICA                                 |              |
|---------------------------------------------------|--------------|
| CONTENUTI                                         | TEMPI (3 h)  |
| ALIMENTAZIONE E SPORT - SOSTENIBILITA' AMBIENTALE | 3 h          |
| PERIODO DI SVOLGIMENTO                            | 3^ Trimestre |

| CONOSCENZA                                                                                                 | COMPETENZA                                                                                                                                | ABILITA'                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| Conoscere I principi alimentari e I benefici di una corretta alimentazione. L'impatto ambientale dei cibi. | Essere consapevoli dell'importanza che il ruolo degli organi costituzionali riveste in materia di soddisfacimento del bisogno alimentare. | Applicare i principi democratici e di solidarietà nel settore alimentare. |

## METODOLOGIE

Si indicano sinteticamente le metodologie di lavoro più frequentemente utilizzate:

Lezione frontale; Lavori di gruppo; lavoro individuale; Discussione guidata; Recupero; Approfondimento;

## STRUMENTI

Le risorse generalmente impiegate includono:

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <input checked="" type="checkbox"/> libro di testo<br><input type="checkbox"/> lezioni registrate<br><input type="checkbox"/> aule multimediali<br><input type="checkbox"/> laboratori<br><input type="checkbox"/> sussidi didattici<br><input checked="" type="checkbox"/> strumenti digitali | <input checked="" type="checkbox"/> risorse didattiche online<br><input checked="" type="checkbox"/> visite didattiche<br><input type="checkbox"/> attività integrative [ ]<br><input type="checkbox"/> interventi di esperti<br><input checked="" type="checkbox"/> materiale prodotto dall'insegnante<br><input type="checkbox"/> altro: |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## MODALITÀ DI VALUTAZIONE E DI RECUPERO

Le operazioni di verifica, frequenti e sistematiche, avranno lo scopo di valutare e accertare le conoscenze acquisite dagli alunni, la continuità del grado di apprendimento e gli elementi di progresso dialettici e cognitivi. In questo modo gli alunni potranno essere seguiti nelle diverse fasi di studio ed elaborazione delle unità didattiche rilevando celermente eventuali difficoltà e ritardi nella preparazione. Le verifiche, almeno due a trimestre, saranno effettuate mediante:

- Esercitazioni ginnico pratici.
- Prove multiple sulle capacità motorie.
- Misurazione delle capacità attraverso l'osservazione sistematica durante la pratica delle attività sportive tenendo in considerazione ai fini della valutazione finale l'impegno l'interesse e la partecipazione.
- Discussioni guidate.
- Interrogazioni.
- Consegna e restituzione materiali (anche con l'utilizzo di whatsapp, classroom, Argo).
- Gli alunni esonerati nella parte pratica, dovranno comunque svolgere gli argomenti teorici della disciplina, come previsto dai programmi ministeriali, in relazione alla classe di appartenenza, nonché, ove possibile, collaborare con l'insegnante nell'organizzazione di partite, assistenza ai giochi e nell'arbitraggio. Se l'insegnante riterrà opportuno, per un ulteriore approfondimento didattico valutativo, potrà far svolgere anche verifiche scritte.
- Le valutazioni saranno attribuite su scala decimale completa e formulate utilizzando la griglia di valutazione stabilita nel sotto-dipartimento di scienze motorie e sportive o dalla quella per la DDI, stabilita dal collegio dei docenti.

Per quanto concerne gli alunni DSA o BES non saranno modificati gli OSA del piano di lavoro previsto per l'intero gruppo classe, ma si seguirà il P.d.P. articolato dal Consiglio di classe, con gli accorgimenti e le misure dispensative e compensative previste per la disciplina.

Infine per la valutazione, degli alunni diversabili, si utilizzeranno, in itinere, prove facilitate che saranno coerenti con quanto previsto nei loro PEI.

**Il Recupero** delle carenze evidenziate sarà effettuato:

- in itinere tramite attività di recupero rivolte ad un piccolo gruppo di allievi (cui si assegnano delle attività di rinforzo specifiche) e/o con intervento di lavoro personalizzato e/o con lezioni teoriche.
- durante la pausa didattica.

## TABELLE DI VALUTAZIONE

- Il **voto 9/10** sarà dato agli alunni che
- a – mostrano notevole interesse e predisposizione per la disciplina;
  - b – rispettano le regole e il materiale sportivo messo a disposizione dalla scuola; c – portano sempre l'abbigliamento adatto per svolgere le attività pratiche;
  - d – acquisiscono movimenti complessi e li esprimono in maniera raffinata in tutte le attività;
  - e – organizzano le conoscenze acquisite per realizzare progetti motori autonomi e finalizzati;
  - f – eccellono in una disciplina sportiva che praticano ad un livello buono;

g - nella teoria conoscono perfettamente tutti gli argomenti trattati e sa proporre e sostenere le proprie opinioni e assumere autonomamente decisioni consapevoli.

➤ Il **voto 8** sarà dato agli alunni che:

a – mostrano interesse costante, portano il materiale occorrente e rispettano le regole;

b – mostrano capacità coordinative e condizionali abbastanza sviluppate nelle varie discipline sportive;

c – conoscono gli argomenti teorici trattati in maniera approfondita ed esauriente.

➤ Il **voto 7** sarà dato agli alunni che:

a – partecipano assiduamente e mostrano interesse per la disciplina;

b – migliorano in maniera significativa le capacità condizionali e coordinative anche se commettono delle imprecisioni nell'espressione di qualche gesto motorio di difficoltà medio-alta;

c – conoscono quasi tutti gli argomenti teorici trattati in maniera esauriente.

➤ Il **voto 6** sarà dato agli alunni che:

a – partecipano in maniera non sempre costante;

b – elaborano gli schemi motori in maniera semplice;

c – oppure pur mostrando qualche difficoltà nell'apprendimento motorio si applicano con impegno e costanza;

d – conoscono buona parte, anche se in maniera schematica, gli argomenti teorici trattati.

➤ Il **voto 5** sarà dato agli alunni che:

a – partecipano e s'impegnano in maniera saltuaria nonostante le continue sollecitazioni da parte del docente;

b – mostrano difficoltà ad incrementare le capacità condizionale e coordinative;

c – conoscono in maniera superficiale e con qualche lacuna una parte degli argomenti teorici trattati.

➤ Il **voto 4** sarà dato agli alunni che:

a – mostrano una scarsa partecipazione ed un impegno molto superficiale;

b – conoscono appena qualche argomento teorico trattato e con molte lacune nella esposizione.