

# ITC Vincenzo Arangio Ruiz

a. s. 2024/25

## PROGRAMMAZIONE DIDATTICA DI DIPARTIMENTO

<b>DIPARTIMENTO</b>	<b>SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE</b>
<b>DISCIPLINE</b>	<b>S. M. E SPORTIVE</b>
<b>CLASSI</b>	<b>DALLA 1° ALLA 5° CLASSE DI TUTTI GLI INDIRIZZI DELL'ISTITUTO</b>
<b>ANNO SCOLASTICO</b>	<b>2024/2025</b>
<b>RESPONSABILE DEL DIPARTIMENTO</b>	<b><i>ANTONELLA MASSARO</i></b>

### 1. Assi culturali e competenze

#### a. Asse culturale di riferimento

<b>ASSE DEI LINGUAGGI</b>	
<b>ASSE MATEMATICO</b>	
<b>ASSE TECNOLOGICO-SCIENTIFICO</b>	<b>X</b>
<b>ASSE STORICO-SOCIALE</b>	

Tabella delle competenze di asse

ASSE	COMPETENZE	COMPETENZE DI AREA (PECUP )
<p style="text-align: center;"><b>ASSE TECN OLOGICI CO- SCIEN TIFIC O</b></p>	<p><b><u>MOTORIE</u></b></p> <p><b>ABILITA' MOTORIE DI BASE:</b> corsa,salto,lancio, ecc.</p> <p><b>COORDINAZIONE E EQUILIBRIO:</b> coordinazione, equilibrio e consapevolezza corporea</p> <p><b>RESISTENZA E FORZA:</b> resistenza cardiovascolare e forza muscolare</p> <p><b><u>SCIENTIFICHE</u></b></p> <p><b>PRINCIPI SCIENTIFICI DEL MOVIMENTO:</b> leggi che regolano il movimento (es. forza, massa, accelerazione)</p> <p><b>SALUTE E BENESSERE:</b> conoscenze fisiologiche e alimentari</p> <p><b>ANALISI BIOMECCANICA:</b> valutare il movimento da un punto di vista biomeccanico</p>	<p><b>COMPETENZE MOTORIE:</b> sviluppo capacità motorie coordinative e condizionali</p> <p><b>COMPETENZE COGNITIVE:</b> elementi di comprensione dei principi di biomeccanica, analisi e valutazione delle prestazioni motorie, conoscenza delle regole e strategia tattica</p> <p><b>COMPETENZE SOCIALI:</b> collaborazione rispetto delle regole propensione nei confronti del movimento</p> <p><b>COMPETENZE EMOTIVE:</b> gestione delle emozioni (competizione, sconfitta, vittoria) miglioramento dell'autostima</p> <p><b>COMPETENZE DI SALUTE E BENESSERE:</b> consapevolezza degli elementi che condizionano il proprio stile di vita (alimentazione e movimento)</p> <p><b>COMPETENZE TECNOLOGICHE:</b> utilizzo di strumenti e tecnologie in ambito sportivo</p>

## **TECNOLOGICHE**

### **USO DELLE TECNOLOGIE PER MONITORARE LE PRESTAZIONI:**

uso di cronometri,  
cardiofrequenzimetri, ecc.

### **VIDEO-ANALISI DEL MOVIMENTO:**

uso di software o altro per  
analizzare e migliorare le tecniche  
motorie

### **PROGETTI SPORTIVI:**

progettare attività includendo l'uso  
di tecnologie nella gestione di  
allenamenti o competizioni

b.

## Competenze trasversali di educazione civica

(indicare come la disciplina contribuirà all'acquisizione delle competenze trasversali)

NUCLEI TEMATICI	CONTRIBUTI DELLA DISCIPLINA
1. <b>Cittadinanza attiva e consapevole:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Responsabilità e rispetto delle regole: Le attività sportive promuovono il rispetto delle regole e delle decisioni dell'arbitro o dell'insegnante, oltre che il rispetto degli altri compagni e avversari.</li><li>• Partecipazione attiva e cooperazione: Attraverso il gioco di squadra e la collaborazione, gli studenti imparano a lavorare in gruppo, contribuendo al successo comune e rispettando i ruoli.</li></ul>
2. <b>Benessere e salute:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Stili di vita sani e attivi: Attività di movimento combinate con lezioni teoriche sull'importanza di una dieta equilibrata, promuovono stili di vita sani e consapevoli, sensibilizzando gli studenti sull'importanza del movimento e della cura del proprio corpo.</li><li>• Prevenzione delle dipendenze: La pratica di attività sportive è un veicolo efficace per contrastare comportamenti a rischio come il consumo di droghe e alcol.</li></ul>
3. <b>Inclusione e pari opportunità:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Integrazione e inclusività: Gli sport offrono occasioni di confronto e integrazione tra studenti con diverse abilità fisiche e culturali (progetti di "sport inclusivo"), favorendo l'accettazione delle diversità.</li><li>• Pari opportunità di partecipazione: Il contesto sportivo è un'opportunità per promuovere l'uguaglianza di genere e dare a tutti i partecipanti l'opportunità di esprimersi senza discriminazioni.</li></ul>
4. <b>Competenze sociali e relazionali:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Empatia e solidarietà: La collaborazione e il gioco di squadra stimolano lo sviluppo dell'empatia e della solidarietà verso i compagni, insegnando ad aiutarsi e sostenersi a vicenda.</li><li>• Gestione dei conflitti: Le attività sportive (soprattutto i giochi di squadra), possono essere un contesto per imparare a gestire conflitti e tensioni, cercando soluzioni pacifiche e dialogiche.</li></ul>

<b>5. Valori etici e morali:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fair play: L'educazione motoria promuove il concetto di fair play, ossia il rispetto delle regole e dell'avversario, l'importanza di una competizione leale e la capacità di accettare la sconfitta con spirito sportivo.</li> <li>• Rispetto dell'ambiente: Alcune attività motorie, come gli sport all'aperto, possono essere l'occasione per sensibilizzare gli studenti sull'importanza di tutelare l'ambiente e praticare uno sport ecocompatibile.</li> </ul>
----------------------------------	--

## 2. OBIETTIVI SPECIFICI (in termini di competenze, abilità e conoscenze)

### DISCIPLINA

#### PRIMO BIENNIO

COMPETENZE	ABILITA'/CAPACITA'	CONOSCENZE
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prendere consapevolezza del proprio corpo tramite il movimento</li> <li>- Migliorare la coordinazione</li> <li>- Migliorare la collaborazione e il fair-play</li> <li>- Conoscere il significato di "sano e attivo stile di vita"</li> <li>- Autovalutazione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Migliorare le capacità motorie di base coordinative e condizionali</li> <li>- Apprendere le tecniche base degli sport più praticati</li> <li>- Sapersi muovere opportunamente nello spazio</li> <li>- Saper gestire le proprie forze</li> <li>- Sapersi rapportare in un contesto sociale (come avviene nel gioco)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscenza delle principali funzioni del corpo umano</li> <li>- Gli elementi base di prevenzione degli infortuni sportivi</li> <li>- Educare alla sicurezza sportiva e indirettamente insegnare ad adottare comportamenti sicuri</li> <li>- Conoscere le regole e la tecnica di gioco degli sport più praticati</li> <li>- Conoscere i benefici psico-fisici dell'attività sportiva</li> </ul>

#### SECONDO BIENNIO

COMPETENZE	ABILITA'/CAPACITA'	CONOSCENZE
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saper gestire il corpo in situazioni motorie diverse</li> <li>- Saper collaborare e interagire con i compagni</li> <li>- Saper adottare comportamenti sicuri</li> <li>- Promuovere uno stile di vita sano e attivo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sviluppo delle capacità coordinative</li> <li>- Incrementare le capacità condizionali</li> <li>- Migliorare la capacità di adattamento motorio alle situazioni</li> <li>- Apprendere le strategie di gioco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscenza dei fondamenti anatomici e fisiologici del movimento</li> <li>- Conoscere i principi del condizionamento fisico</li> <li>- Conoscere norme di sicurezza e prevenzione</li> <li>- Acquisire una Cultura Sportiva (fair play, lealtà, ecc.)</li> </ul>

## MONOENNIO

COMPETENZE	ABILITA'/CAPACITA'	CONOSCENZE
<ul style="list-style-type: none"><li>- Saper gestire il proprio corpo nello spazio</li><li>- Controllare e rimodulare il proprio equilibrio sia statico che dinamico</li><li>- Acquisire coordinazione oculo-manuale e spazio-temporale</li><li>- Partecipare alle attività di gruppo rispettando regole e compagni e collaborando</li><li>- Acquisire consapevolezza delle regole di sicurezza</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Consolidamento delle abilità motorie di base</li><li>- Consolidamento dell'Equilibrio</li><li>- Consolidamento della coordinazione con attrezzi</li><li>- Saper eseguire in autonomia e sicurezza le attività motorie</li><li>- Rispettare le regole</li><li>- Essere collaborativi</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Consapevolezza del proprio corpo (postura)</li><li>- Assimilazione del concetto spazio-temporale (direzione e distanza)</li><li>- Conoscenza e consapevolezza delle regole durante l'attività motoria</li><li>- Norme di sicurezza: prevenzione e intervento di primo soccorso</li></ul>

### STRATEGIE DIDATTICHE

#### c. Metodologie didattiche

Ogni docente sceglierà tra le metodologie di seguito proposte

<b>Lezione frontale</b>	<b>X</b>
<b>Lezione dialogata</b>	<b>X</b>
<b>Attività laboratoriale</b>	<b>X</b>
<b>Esercitazioni individuali</b>	<b>X</b>
<b>Esercitazioni di gruppo</b>	<b>X</b>
<b>Ricerca individuale</b>	
<b>Lavoro di gruppo</b>	
<b>Esercizi</b>	
<b>Soluzione di problemi</b>	<b>X</b>
<b>Discussione di casi</b>	
<b>Esercitazioni pratiche</b>	<b>X</b>
<b>Realizzazione di progetti</b>	<b>X</b>
<b>ALTRO:</b>	

#### d. Strumenti didattici

Ogni docente sceglierà tra gli strumenti di seguito proposti

<b>Libro/i di testo</b>	<b>X</b>
<b>Altri testi</b>	<b>X</b>

<b>Dispense</b>	<b>X</b>
<b>Laboratorio</b>	
<b>Biblioteca</b>	
<b>Palestra</b>	<b>X</b>
<b>LIM</b>	<b>X</b>
<b>Strumenti informatici</b>	<b>X</b>
<b>Audioregistratore</b>	
<b>Videoproiettore</b>	<b>X</b>
<b>DVD</b>	<b>X</b>
<b>CD audio</b>	
<b>ALTRO: piccoli e grandi attrezzi sportivi</b>	<b>X</b>

## 2. CRITERI E STRUMENTI DI VALUTAZIONE

### a. Tipologia e numero minimo delle prove di verifica

TIPOLOGIE DI PROVE DI VERIFICA	NUMERO MINIMO PROVE DI VERIFICA
Prove scritte .....	1 per quadrimestre
Prove orali e/o semistrutturate .....	
Relazioni di laboratorio.....	2/3 per quadrimestre
Prove pratiche	

### b. Griglie di valutazione

Vedasi griglia di valutazione del PTOF

### c. Criteri della valutazione finale

• Livello individuale di acquisizione delle conoscenze	<b>X</b>
• Livello individuale di acquisizione delle abilità	<b>X</b>
• Livello individuale di acquisizione delle competenze	<b>X</b>
• Progressi compiuti rispetto al livello di partenza	<b>X</b>
• Impegno	<b>X</b>
• Interesse	<b>X</b>
• Partecipazione	<b>X</b>
<b>ALTRO:</b>	
◦ Rispetto delle regole	<b>X</b>
◦ Competenze chiave di Cittadinanza	<b>X</b>

3.

4.

### 3. RECUPERO E VALORIZZAZIONE DELLE ECCELLENZE

#### a. Modalità di recupero curricolare

Ripresa delle conoscenze essenziali	X
Riproposizione delle conoscenze in forma semplificata	X
Percorsi graduati per il recupero di abilità	X
Esercitazioni per migliorare il metodo di studio	
Esercitazioni aggiuntive in classe	
Esercitazioni aggiuntive a casa	
Attività in classe/palestra per gruppi di livello	X
Peer Education (educazione tra pari)	X
ALTRO:	

#### b. Modalità del recupero extra-curricolare

Ripresa delle conoscenze essenziali	X
Riproposizione delle conoscenze in forma semplificata	X
Percorsi graduati per il recupero di abilità	
Esercitazioni per migliorare il metodo di studio	
Sportello didattico individuale o per piccoli gruppi (se deliberato dagli organi competenti)	
Corso di recupero (se deliberato dagli organi competenti)	
ALTRO: - Esercitazione pratica autonoma	X

#### c. Modalità di valorizzazione delle eccellenze

Corsi di preparazione e partecipazione a gare, olimpiadi e concorsi	X
Corsi di approfondimento	X
Esercitazioni aggiuntive in classe	
Esercitazioni aggiuntive a casa	
Attività in classe per gruppi di livello	
ALTRO: Premiazioni in ambito sportivo	X

Il coordinatore del Dipartimento

ANTONELLA MASSARO

