Liceo Classico- Liceo Linguistico- Liceo Artistico
ISTITUTO SUPERIORE

"Bonaventura Secusio"

Liceo classico, linguistico, artistico, scuola carceraria - Caltagirone (CT)

PROGETTAZIONE DISCIPLINARE PER COMPETENZE

ANNO SCOLASTICO: 2025\2026

CLASSE : II SEZIONE: A INDIRIZZO: Scienze Umane

N° ALUNNI : 19

DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

DOCENTE: Prof. PENNACCHIO PASQUALE

N° di ore settimanali : 2

1. ANALISI DELLA SITUAZIONE DI PARTENZA

1.1 Profilo generale della classe

(caratteristiche comportamentali, atteggiamento verso la materia, partecipazione, interessi, motivazioni, competenze, conoscenze, metodo di studio)

La classe è composta da 19 alunni, 15 femmine e 4 maschi, provenienti da Caltagirone e paesi limitrofi. Un alunno si è inserito in classe il 20-10-'25, proveniente dal Liceo scientifico ad indirizzo sportivo.
In questo primo periodo dell'anno scolastico gli studenti, in maggioranza, si sono mostrati rispettosi delle principali regole di comportamento, ma piuttosto vivaci. Quasi tutti dimostrano interesse, buona volontà, partecipazione alle attività didattiche proposte e sono disponibili al dialogo educativo.

1.2. Alunni con bisogni educativi speciali

(-alunni diversamente abili e con disturbi specifici dell'apprendimento-
Presentare le difficoltà senza riferimento ad eventuali diagnosi cliniche. Specificare le linee guida dell'intervento educativo-didattico, rimandando al P.E.P. o al P.D.P. per competenze e strumenti specifici che si intende adottare.)

All'interno del gruppo classe è presente un'alunna con recente diagnosi patologica, per la quale viene redatto un PDP

1.3. Alunni che necessitano di percorsi personalizzati

(alunni segnalati dal c.d.c. come bisognosi di strategie e modalità di approccio e studio personalizzate)

1.4. Livelli di partenza rilevati

Livello basso (voti inferiori alla sufficienza)	Livello medio (voti 6-7)	Livello alto (voti 8-9-10)
N. alunni (voto 5): N. alunni (voto inferiore al 5): _____	N. alunni: 7	N. alunni: 12

1.5 Fonti di rilevazione dei dati

(se si è adottata una prova di ingresso differente da quella concordata con gli altri docenti della stessa disciplina, allegarne copia)

Griglie, questionari conoscitivi.

TEST motori di ingresso

2. QUADRO DELLE COMPETENZE

Asse culturale: DEI LINGUAGGI
(Specificare, solo per il biennio: dei linguaggi, matematico, scientifico-tecnologico, storico-sociale, come da D.M. 139/2007)

PROGETTAZIONE DISCIPLINARE PER COMPETENZE

2. QUADRO DELLE COMPETENZE

Asse culturale: l'**ASSE DEI LINGUAGGI**

Competenze disciplinari essenziali del primo biennio	• Osservare se stessi e conoscere le proprie potenzialità e i propri limiti nella costante relazione con l'ambiente, gli altri, gli oggetti. • Comunicare e relazionarsi con gli altri in modo adeguato ed efficace attraverso il movimento • Leggere i messaggi non verbali e comprendere l'importanza del linguaggio del corpo ai fini della comunicazione • Riflettere sui cambiamenti del proprio corpo, per accettarli e viverli serenamente come espressione della crescita e del processo di maturazione della persona • Ipotizzare esercitazioni che sviluppino le proprie capacità motorie • Progettare e gestire semplici piani di allenamento • Comprendere i principi di una cultura sportiva portatrice di rispetto per sé e per l'avversario, di lealtà, di senso di appartenenza e di responsabilità, di negazione di qualunque forma di violenza. Agire in maniera responsabile e con fair play. • Sperimentare la vittoria e la sconfitta come occasioni per modulare e controllare le proprie emozioni • Condividere con altre persone esperienze di gruppo, promuovendo il rispetto delle diversità ed esaltando il valore della cooperazione e del lavoro di squadra, comprendendo i diversi punti di vista, valorizzando le

	proprie ed altrui capacità, • Applicare semplici strategie di gioco adattandole al variare delle situazioni • Partecipare attivamente, anche con compiti di collaborazione, allo svolgimento dell'attività didattica e all'organizzazione dell'attività sportiva scolastica • Risolvere tatticamente un problema di gioco • Comprendere l'importanza di uno stile di vita attivo, come presupposto di una cultura personale che valorizzi le esperienze motorie e sportive, anche extrascolastiche, come prevenzione di ipocinesia, sovrappeso, cattive abitudini alimentari, e utilizzo di sostanze che inducono dipendenza • Gestire semplici piani di allenamento • Adottare norme comportamenti responsabili a tutela della sicurezza personale, degli altri e dell'ambiente in contesti di vita, di studio e nei luoghi sportivi • Adeguato utilizzo delle tecnologie dell'informazione e della comunicazione • Valutare i propri risultati, avvalendosi anche di tecnologie e strumenti applicabili alle attività motorie e sportive • Rapportarsi in modo adeguato con il proprio corpo, con gli altri, gli oggetti e gli ambienti • Controllare il proprio corpo in situazioni variabili e saper reagire prontamente all'imprevisto • Adottare norme comportamenti responsabili a tutela della sicurezza personale, degli altri e dell'ambiente in contesti di vita, di studio e nei luoghi sportivi • Adeguato utilizzo delle tecnologie dell'informazione e della comunicazione • Valutare i propri risultati, avvalendosi anche di tecnologie e strumenti applicabili alle attività motorie e sportive • Rapportarsi in modo adeguato con il proprio corpo, con gli altri, gli oggetti e gli ambienti • Controllare il proprio corpo in situazioni variabili e saper reagire prontamente all'imprevisto

2.1 Articolazione delle competenze in Obiettivi specifici di apprendimento e conoscenze

COMPETENZE Cft.1:

- Osservare se stessi e conoscere le proprie potenzialità e i propri limiti nella costante relazione con l'ambiente, gli altri, gli oggetti.
- Comunicare e relazionarsi con gli altri in modo adeguato ed efficace attraverso il movimento
- Leggere i messaggi non verbali e comprendere l'importanza del linguaggio del corpo ai fini della comunicazione
- Riflettere sui cambiamenti del proprio corpo, per accettarli e viverli serenamente come espressione della crescita e del processo di maturazione della persona
- Ipotizzare esercitazioni che sviluppino le proprie capacità motorie
- Progettare e gestire semplici piani di allenamento

O.S.A. **La percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive**	**CONOSCENZE/CONTENUTI**	**TIPOLOGIA DI VERIFICA**

• Conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità, • Ampliare le capacità coordinative e condizionali, realizzando schemi motori utili ad affrontare attività sportive, • Comprendere e produrre consapevolmente i messaggi non verbali leggendo e decodificando i propri messaggi corporei e quelli altrui.	***TEORIA:*** • Apparato cardiocircolatorio; • Apparato locomotore; • Assi e piani e zone e regioni del corpo; • Il sistema muscolare; • il linguaggio non verbale; • L'importanza della pratica sportiva; • Dagli schemi motori alle abilità e la loro applicazione negli sport; • Principi generali dell'allenamento; • Come scegliere il proprio sport; • Gestire semplici piani di allenamento che sviluppino le proprie capacità motorie;	• **A livello orale:** attraverso interrogazioni • **A livello scritto:** attraverso domande a risposta aperta e prove strutturate (vero/falso, scelte multiple).

COMPETENZECft.2:

- Comprendere i principi di una cultura sportiva portatrice di rispetto per sé e per l'avversario, di lealtà, di senso di appartenenza e di responsabilità, di negazione di qualunque forma di violenza. Agire in maniera responsabile e con fair play;
- Sperimentare la vittoria e la sconfitta come occasioni per modulare e controllare le proprie emozioni;
- Condividere con altre persone esperienze di gruppo, promuovendo il rispetto delle diversità ed esaltando il valore della cooperazione e del lavoro di squadra, comprendendo i diversi punti di vista, valorizzando le proprie ed altrui capacità;
- Applicare semplici strategie di gioco adattandole al variare delle situazioni;
- Partecipare attivamente, anche con compiti di collaborazione, allo svolgimento dell'attività didattica e all'organizzazione dell'attività sportiva scolastica

O.S.A. **<u>Lo sport, le regole e il fair play</u>**	**CONOSCENZE/CONTENUTI**	**TIPOLOGIA DI VERIFICA**

• Praticare sport individuali e di squadra, anche in forma competitiva • Promuovere negli studenti la consuetudine all'attività motoria e sportiva. • Potenziare i valori sociali dello sport e utilizzare un'etica competitiva basata sulla lealtà sportiva. • Imparare a confrontarsi e a collaborare con i compagni seguendo regole condivise e fruttando al meglio le proprie potenzialità. • Sperimentare nello sport i diversi ruoli e le relative responsabilità, sia nell'arbitraggio che in compiti di giuria • applicare strategie efficaci per la risoluzione di situazioni problematiche.	***TEORIA:*** • Il significato di far parte di un gruppo • Le dinamiche del gioco di squadra • I movimenti fondamentali degli sport individuali e di squadra • Sport di squadra, gli schemi di gioco e i ruoli fondamentali • Le caratteristiche delle principali specialità degli sport individuali • I regolamenti degli sport praticati a scuola • I gesti arbitrali e compiti di giuria • Il valore etico dello sport • Sport e disabilita: Adapted Physical Activity	• **A livello orale,** attraverso interrogazioni. • **A livello scritto,** attraverso domande a risposta aperta e prove strutturate (vero/falso, scelte multiple).

COMPETENZECft.3: • Comprendere l'importanza di uno stile di vita attivo, come presupposto di una cultura personale che valorizzi le esperienze motorie e sportive, anche extrascolastiche, come prevenzione di ipocinesia, sovrappeso, cattive abitudini alimentari, e utilizzo di sostanze che inducono dipendenza • Gestire semplici piani di allenamento • Adottare norme comportamenti responsabili a tutela della sicurezza personale, degli altri e dell'ambiente in contesti di vita, di studio e nei luoghi sportivi		
O.S.A. **<u>Salute, benessere, sicurezza e prevenzione</u>**	**CONOSCENZE/CONTENUTI**	**TIPOLOGIA DI VERIFICA**

• Maturare un atteggiamento positivo verso uno stile di vita sano e attivo; • Adottare principi igienici e alimentari indispensabili per il mantenimento del proprio benessere; • Avere consapevolezza dei benefici indotti da un'attività fisica praticata in forma regolare. • Mettere in atto comportamenti adeguati per tutelare la sicurezza propria ed altrui.	***TEORIA:*** • I principi fondamentali di una dieta equilibrata; • Le diverse forme di dipendenza; • I rischi della sedentarietà; • Il movimento come prevenzione; • Principi nutritivi e disturbi Alimentari • Norme di comportamento da adottare in caso d'infortunio; • Conoscere per prevenire: Le dipendenze e il doping;	• **A livello orale,** attraverso interrogazioni • **A livello scritto,** attraverso domande a risposta aperta e prove strutturate (vero/falso, scelte multiple).

COMPETENZECft.4:

- Adeguato utilizzo delle tecnologie dell'informazione e della comunicazione
- Valutare i propri risultati, avvalendosi anche di tecnologie e strumenti applicabili alle attività motorie e sportive.
- Rapportarsi in modo adeguato con il proprio corpo, con gli altri, gli oggetti e gli ambienti
- Controllare il proprio corpo in situazioni variabili e saper reagire prontamente all'imprevisto

O.S.A. **<u>Relazione con l'ambiente</u>**	**CONOSCENZE/CONTENUTI**	**TIPOLOGIA DI VERIFICA**
• Realizzare pratiche motorie e sportive in ambiente naturale per orientarsi in contesti diversificati e per il recupero di un rapporto corretto con l'ambiente; • Cogliere le implicazioni e i benefici derivanti dalla pratica di varie attività fisiche svolte nei diversi ambienti, • Elaborare semplici strategie per la pratica di attività sportive e ricreative in ambiente naturale.	***TEORIA:*** • Analizzare la propria e l'altrui prestazione, identificandone aspetti positivi e negativi. • I diversi tipi di attività motoria e sportiva in ambiente naturale • Uso degli strumenti tecnici basilari delle attività sportive • I diversi tipi di attività motoria e sportiva in ambiente naturale.	• **A livello orale,** attraverso interrogazioni • **A livello scritto,** attraverso domande a risposta aperta e prove strutturate (vero/falso, scelte multiple).

ATTIVITÀ

Le seguenti attività verranno utilizzate tenendo conto che ciascuna di esse può essere utile al conseguimento di O.S.A. diversi.

COMPETENZA Cfr1:	**TIPOLOGIA DI VERIFICA**
• Attività ed esercizi a carico naturale.	• **A livello pratico** attraverso: ✓ test di valutazione delle capacità organiche e delle abilità motorie ✓ osservazione diretta e sistematica da parte dell'insegnante con registrazione dei risultati ottenuti in relazione alle capacità e competenze prese in considerazione e alla situazione di partenza.
• Attività ed esercizi di opposizione e resistenza.	
• Attività ed esercizi con piccoli attrezzi e ai grandi attrezzi codificati e non codificati.	
• Attività ed esercizi di rilassamento, per il controllo segmentario ed intersegmentario, per il controllo della respirazione.	
• Attività ed esercizi eseguiti in varietà di ampiezza, di ritmo, in situazioni spazio-temporali variate.	
• Attività ed esercizi di equilibrio in situazioni dinamiche complesse ed in volo.	
• Es. in isotonia e isometria	
• Esercitazioni per favorire il miglioramento della *funzione cardio-respiratoria*.	
• Esercitazioni per favorire il miglioramento dell' Efficienza muscolare	
• Esercitazioni per favorire il progressivo potenziamento muscolare	
• Esercitazioni per favorire il miglioramento della resistenza	
• Esercitazioni per favorire il miglioramento della mobilità	
• Esercitazioni per favorire il miglioramento della velocità	
• Esercitazioni per favorire il miglioramento dell'equilibrio statico e dinamico e in volo	
• Esercitazioni per migliorare la coordinazione dinamica generale,	

COMPETENZA Cft. 2:	**TIPOLOGIA DI VERIFICA**
• Attività sportive individuali: atletica leggera	• **A livello pratico** attraverso: ✓ test di valutazione delle capacità organiche e delle abilità motorie ✓ osservazione diretta e sistematica da parte dell'insegnante con registrazione dei risultati ottenuti in relazione alle capacità e competenze prese in considerazione.
• Attività sportive e pre-sportive di squadra: pallacanestro, pallavolo, pallamano, softball, rugby educativo ecc.	
• Giochi di movimento polivalenti e giochi sportivi semplificati.	
• Organizzazione di attività di arbitraggio degli sport individuali e di squadra.	

COMPETENZA Cft.3:	**TIPOLOGIA DI VERIFICA**
• Attività ed esercizi di rilassamento, per il controllo segmentario ed intersegmentario, per il controllo della respirazione.	• **A livello pratico** attraverso: ✓ test di valutazione delle capacità organiche e delle abilità motorie ✓ osservazione diretta e sistematica da parte dell'insegnante con
• Esercitazioni per favorire il miglioramento dell' efficienza muscolare e della mobilità	

• Ginnastica posturale	registrazione dei risultati ottenuti in relazione alle capacità e competenze prese in considerazione.

COMPETENZA Cft.4:	**TIPOLOGIA DI VERIFICA**
Allenamenti specifici in ambienti esterni alla palestra	• **A livello pratico** attraverso: ✓ test di valutazione delle capacità organiche e delle abilità motorie ✓ osservazione diretta e sistematica da parte dell'insegnante con registrazione dei risultati ottenuti in relazione alle capacità e competenze prese in considerazione.

3. PERCORSO/I MULTIDISCIPLINARE/I:

(contributo della materia al conseguimento delle competenze di cittadinanza individuate dal C.d.C.)

Tenendo conto delle finalità educative progettate nel PTOF: "L'intelligenza umana e artificiale: una sfida tra limiti e opportunità" ed in particolare "Educare gli alunni a comprendere le potenzialità dell'intelligenza emotiva e della creatività umana e i rischi derivanti da un uso improprio di quanto l'uomo ha prodotto con riferimento anche alle nuove tecnologie.

In riferimento a quanto definito in sede di consiglio di classe, specificare:

Tema: Intelligenza emotiva: lo sport come alleato nella crescita dei giovani (vedi progettazione di Ed. Civica)

5. STRATEGIE METODOLOGICHE

(privilegiare quelle cooperative quali il tutoring, la peer education, il lavoro di gruppo, il cooperative learning,…)

Le lezioni pratiche si svolgeranno nella palestra d'Istituto e/o nel campetto polivalente attiguo, quelle teoriche in aula. I criteri metodologici utilizzati saranno la lezione frontale e interattiva, attività per gruppi con interventi individualizzati. Verrà applicato il metodo globale e analitico. Nello svolgimento delle lezioni si cercherà di coinvolgere attivamente tutta la classe, riducendo al minimo i tempi di attesa, laddove questi siano necessari si impegneranno gli allievi in attività collaterali tipo valutazioni, arbitraggi, rilevazione dati, assistenza. Si cercherà di instaurare, durante le lezioni, un clima tale da stimolare l'interesse, il coinvolgimento emotivo, la reciproca collaborazione; lo spirito competitivo dovrà essere mantenuto nei limiti di un corretto e leale confronto, teso all'affermazione delle proprie capacità più che al superamento di quelle dei compagni.

6. AUSILI DIDATTICI

Libri di testo;
Sussidi multimediali;
Mappe concettuali
Attrezzature e ambienti per l'apprendimento:
palestra, aula attigua

7. MODALITÀ DI RECUPERO DELLE LACUNE RILEVATE E DIVALORIZZAZIONE DELLE ECCELLENZE

- **Recupero curricolare***(specificare modalità e periodi):*

Pausa didattica;
Il livello di sufficienza sarà dato dal raggiungimento dello standard minimo richiesto. Nel caso in cui questo non venisse raggiunto da un ampio numero di alunni, si provvederà a modificare la tabella di riferimento, livellandola verso il basso. Il percorso potrà subire variazioni a seconda dello svolgimento del programma e delle capacità degli studenti della classe.

- **Valorizzazione eccellenze***(specificare modalità):*

La valutazione si basa sulla rilevazione dei livelli di partenza e si riferisce in primo luogo al miglioramento delle prestazioni individuali. Verranno utilizzati: test motori di ingresso, controlli periodici basati sulle osservazioni sistematiche delle varie attività. Interrogazioni e test di conoscenza teorica verranno effettuati per l'assegnazione del voto orale, e saranno considerati per la valutazione globale. Saranno svolte, almeno due verifiche pratiche e due orali a quadrimestre, di cui una potrà essere un test. La valutazione formativa inserita nel processo di apprendimento, mediante controlli sull'acquisizione degli obiettivi operativi , servirà per testare gli apprendimenti in relazione alle metodologie adottate. La valutazione sommativa sarà il controllo finale sul rendimento, tenendo conto delle verifiche periodiche, dei livelli di partenza, della progressione di apprendimento, della partecipazione al dialogo educativo, del livello di motivazione, della capacità di concentrazione e collaborazione, dell'impegno, dell' interesse, del grado di maturità e di responsabilità e della partecipazione attiva dimostrata dall'alunno/a durante lo svolgimento delle attività.

8. VERIFICA E VALUTAZIONE DEGLI APPRENDIMENTI

(specificare i criteri adottati)

La valutazione si basa sulla rilevazione dei livelli di partenza e si riferisce in primo luogo al miglioramento delle prestazioni individuali. Per le verifiche verranno utilizzati: test motori di ingresso ed in itinere, controlli periodici basati sulle osservazioni sistematiche delle varie attività. Interrogazioni e test di conoscenza teorica verranno effettuati per l'assegnazione del voto orale, e saranno considerati per la valutazione globale. Saranno svolte almeno due verifiche pratiche e due orali a quadrimestre. Si susciterà qualsiasi tipo di collegamento interdisciplinare individuando i concetti comuni e specifici di altre discipline. Si fa presente che l'attività pratica sarà supportata contestualmente da informazioni di carattere tecnico-sportivo e da nozioni scientifico– fisiologiche. Gli allievi esonerati saranno valutati sia su compiti organizzativi di arbitraggio che su argomenti teorici, ricerche e approfondimenti inerenti alla disciplina. La valutazione formativa inserita nel processo di apprendimento, mediante controlli sull'acquisizione degli obiettivi operativi , servirà per testare gli apprendimenti in relazione alle metodologie adottate. La valutazione

sommativa sarà il controllo finale sul rendimento, tenendo conto delle verifiche periodiche, dei livelli di partenza, della progressione di apprendimento, della partecipazione al dialogo educativo, del livello di motivazione, della capacità di concentrazione della collaborazione, dell'impegno, dell' interesse, del grado di maturità e di responsabilità e della partecipazione attiva dimostrata dall'alunno/a durante lo svolgimento delle attività.

9. INIZIATIVE DI TIPO DISCIPLINARE, PER L'ARRICCHIMENTO DEL CURRICOLO FORMATIVO

(incontri con esperti, partecipazione ad attività culturali, teatrali, cinematografiche, visite di istruzione,…)

- Incontri con esperti per la prevenzione dei disturbi alimentari
- Corso di primo soccorso;
- Organizzazione Tornei interclasse e d'Istituto**;**
- Organizzazione Tornei Sportivi con la partecipazione degli altri Istituti Superiori di secondo grado presenti nel territorio;
- Partecipazione ai campionati studenteschi;
- Organizzazione di gruppi sportivi nelle ore pomeridiane.

FIRMA DEL DOCENTE