

ISTITUTO SUPERIORE
“Bonaventura Secusio”

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

PROGETTAZIONE DISCIPLINARE PER COMPETENZE

ANNO SCOLASTICO: 2025/2026

CLASSE : IV SEZIONE: A INDIRIZZO: CLASSICO

N° ALUNNI : 15

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)

Il gruppo classe è formato da 2 alunni e 13 alunne provenienti prevalentemente da Caltagirone. Gli alunni mostrano adeguate capacità attentive, buona motivazione allo studio e discreto interesse nei confronti delle diverse discipline; inoltre mostrano di saper lavorare in gruppo, benché la classe presenti dei sottogruppi al suo interno. Gli alunni, nel complesso, si pongono in maniera propositiva e collaborativa con i docenti. Appaiono, altresì, rispettosi delle regole della vita scolastica e dal punto di vista affettivo-relazionale si confrontano con i compagni e con gli adulti in maniera corretta. Il metodo di studio adottato dagli alunni è, nel complesso, funzionale, infatti la maggior parte degli alunni possiede una discreta capacità organizzativa ed esegue le consegne in modo adeguato.

1.2. Alunni con bisogni educativi speciali

Non ci sono alunni con bisogni educativi speciali

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)

Non ci sono alunni che necessitano di percorsi personalizzati.

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: 3	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 e questionari conoscitivi

Test motori

2. QUADRO DELLE COMPETENZE

Asse culturale:

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

Competenze disciplinari essenziali	
Del secondo biennio	• Analizzare se stessi e il proprio corpo attraverso la conoscenza delle proprie potenzialità e i propri limiti nella costante relazione con l'ambiente, gli altri, gli oggetti. • Affermare la propria personalità attraverso la conoscenza e la consapevolezza della propria identità corporea • Controllare il proprio corpo in funzione di un obiettivo • Avere consapevolezza che il corpo comunica attraverso un linguaggio specifico e conoscere ed interpretare i messaggi, volontari e involontari, che esso trasmette • Progettare e gestire semplici piani di allenamento e valutare i propri percorsi. • Promuovere 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. • Vivere 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, • Progettare e gestire semplici piani d'allenamento • Agire in differenti situazioni di pratica sportiva sapendo scegliere e adottare le strategie di gioco più indicate alla situazione • Acquisire le tecniche sportive specifiche, utilizzarle in forma appropriata e controllata • Confrontarsi e collaborare con i compagni per progettare attività o tornei sapendo scegliere tra soluzioni più idonee • Consolidare stili di vita corretti e salutari, 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

2.1 Articolazione delle competenze in Obiettivi specifici di apprendimento e conoscenze

(Lo schema va ripetuto per tutte le competenze individuate; può contenere O.S.A. e contenuti differenti. Se occorre, le competenze che ricadono sugli stessi o.s.a. e/o sui medesimi contenuti possono essere accomunate)

COMPETENZE Cfr1:

- Analizzare se stessi e il proprio corpo attraverso la conoscenza delle proprie potenzialità e i propri limiti nella costante relazione con l'ambiente, gli altri, gli oggetti.
- Affermare la propria personalità attraverso la conoscenza e la consapevolezza della propria identità corporea
- Controllare il proprio corpo in funzione di un obiettivo
- Avere consapevolezza che il corpo comunica attraverso un linguaggio specifico e conoscere ed interpretare i messaggi, volontari e involontari, che esso trasmette
- Progettare e gestire semplici piani di allenamento e valutare i propri percorsi.

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

• Possedere maggiore padronanza di sè, • Ampliare le capacità condizionali e coordinative, • Conoscere e applicare metodiche di allenamento supportate da approfondimenti culturali e tecnico tattici. • Valutare le proprie capacità, Sperimentare varie tecniche espressivo - comunicative utili anche a suscitare un'auto riflessione ed un'analisi dell'esperienza vissuta.	Teoria • Il sistema muscolare; • Apparato articolare; • Meccanica della contrazione; • Tipi di contrazione muscolare; • cinesiologia muscolare; Movimento e muscoli del busto e del dorso; • Il linguaggio del corpo come modalità comunicativa ed espressiva; • L'efficienza fisica e l'allenamento sportivo; • Capacità coordinative;	• A livello orale, attraverso interrogazioni • A livello scritto, attraverso domande a risposta aperta e prove strutturate (vero/falso, scelte multiple).
---	--	--

COMPETENZE Cfr2:

- Promuovere i principi di una cultura sportiva portatrice di rispetto per sè 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.
- Vivere 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,
- Progettare e gestire semplici piani d'allenamento
- Agire in differenti situazioni di pratica sportiva sapendo scegliere e adottare le strategie di gioco più indicate alla situazione
- Acquisire le tecniche sportive specifiche, utilizzarle in forma appropriata e controllata
Confrontarsi e collaborare con i compagni per progettare attività o tornei sapendo scegliere tra soluzioni più idonee

O.S.A.	CONOSCENZE/CONTENUTI	TIPOLOGIA DI VERIFICA
Lo sport, le regole e il fair play		
- Partecipare e l'organizzare competizioni scolastiche nelle diverse specialità sportive. - Cooperare in equipe utilizzando e valorizzando propensioni individuali - Osservare e interpretare i fenomeni legati all'attività fisica e al mondo sportivo Praticare gli sport e conoscere la teoria, la tecnica e la tattica -	<u>TEORIA:</u> - 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 disabilità: Adapted Physical Activity	A livello orale, attraverso interrogazioni A livello scritto, attraverso domande a risposta aperta e prove strutturate (vero/falso, scelte multiple).
COMPETENZE Cfr3: - Consolidare stili di vita corretti e salutari, 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 - Adottare norme sanitarie e alimentari indispensabili per il mantenimento del proprio benessere e comportamenti responsabili a tutela della sicurezza personale, degli altri e dell'ambiente in contesti di vita, di studio e nei luoghi sportivi - Affrontare comuni casi di primo soccorso Organizzare autonomamente un proprio piano di sviluppo / mantenimento fisico tenendo sotto controllo la propria postura		

O.S.A.	CONOSCENZE/CONTENUTI	TIPOLOGIA DI VERIFICA
Salute, benessere, sicurezza e prevenzione		
Prendere coscienza della propria corporeità al fine di perseguire quotidianamente il proprio benessere	<u>TEORIA:</u> - Principi dell'allenamento sportivo e le metodologie; - I principi fondamentali di una dieta equilibrata;	A livello orale, attraverso interrogazioni A livello scritto, attraverso domande a risposta aperta e prove strutturate

individuale. Adottare comportamenti idonei a prevenire infortuni nelle diverse attività, nel rispetto della propria e dell'altrui incolumità; Conoscere le informazioni relative all'intervento di primo soccorso	- Conoscenze essenziali per quanto riguarda le norme di comportamento ai fini della prevenzione degli infortuni; - Elementi di primo soccorso; sostanze nocive e il doping;	(vero/falso, scelte multiple).
--	--	--------------------------------

COMPETENZE Cfr4:

- Utilizzare i mezzi informatici per l'elaborazione di dati relativi all'attività svolta
- Muoversi in modo sicuro in ambienti differenti e saper reagire prontamente all'imprevisto

Padroneggiare le diverse abilità motorie, adattare alle variabilità delle condizioni di gara o ad altri contesti

O.S.A. Relazione con l'ambiente	CONOSCENZE/CONTENUTI	TIPOLOGIA DI VERIFICA
- Affrontare l'attività motoria e sportiva utilizzando attrezzi, materiali ed eventuali strumenti tecnologici e/o informatici - Realizzare pratiche motorie e sportive in ambiente naturale per stimolare il piacere di vivere esperienze diversificate, sia individualmente che nel gruppo.; Cogliere le implicazioni e i benefici derivanti dalla pratica di varie attività fisiche svolte nei diversi ambienti	<u>TEORIA:</u> - I diversi tipi di attività motoria e sportiva in ambiente naturale - Scoperta e osservazione dell'ambiente attraverso lo sport - uso degli strumenti tecnici basilari delle attività sportive - Rilevazioni dati post gara e pre gara;	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:

• Attività ed esercizi di opposizione e resistenza.	✓ 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 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 <i>funzione cardio-respiratoria</i>.	
• 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 • 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.	• 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.

	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 registrazione dei risultati ottenuti in relazione alle capacità e competenze prese in considerazione.
• Esercitazioni per favorire il miglioramento dell'efficienza muscolare e della mobilità	
• Ginnastica posturale	

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)

4. PERCORSO/I CLIL

(Solo per le discipline che partecipano ai percorsi CLIL, come definito dal consiglio di classe, precisare il contributo)

TITOLO: _____		
COMPETENZA /E: _____ _____ _____		
O.S.A. • • •	CONOSCENZE/CONTENUTI	TIPOLOGIA DI VERIFICA

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 e campetto polivalente attiguo, spazi disponibili Parco Comunale

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 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 scientifiche-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 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.

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

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

- 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 dei gruppi sportivi nelle ore pomeridiane.

FIRMA DEL DOCENTE