

ISTITUTO SUPERIORE "SECUSIO"

Liceo artistico - Liceo classico - Liceo linguistico - Liceo scienze umane - Scuola carceraria –
Caltagirone (CT)

PROGETTAZIONE DISCIPLINARE PER COMPETENZE

ANNO SCOLASTICO: 2025/2026

CLASSE: 2 SEZIONE: B INDIRIZZO: CLASSICO

N° ALUNNI: 14

DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

DOCENTE: ANGELO FURNERI

N° di ore settimanali: 2

1. ANALISI DELLA SITUAZIONE DI PARTENZA

Profilo generale della classe

La classe 2, sez. B, corso classico, è composta da 14 alunni che provengono da Caltagirone e dal comprensorio calatino (in quest'ultimo caso con una media superiore al 30%). In merito all'**analisi del contesto classe** esso rivela aspetti socioeconomici e culturali di livello eterogeneo. Gli alunni, al loro secondo anno di frequenza, già da questo primo periodo di attività didattica continuano a mostrare una certa maturità comportamentale e un buon approccio alle diverse discipline e dimostrano di aver fatto tesoro dei buoni livelli di conoscenze e competenze acquisite durante l'anno scolastico 2024/2025. Il comportamento del gruppo-classe è, pertanto, responsabile e gli studenti sono consapevoli dell'importanza dell'applicazione delle regole della vita scolastica. Gli allievi sono maturi ed attenti in classe, seguono le lezioni con un buon grado di attenzione ed interazione con i vari docenti. La partecipazione al dialogo didattico-educativo si rivela, dunque, positiva. Nel complesso il rendimento scolastico dell'intera classe risulta attestarsi su un livello medio-alto.

Alunni con disabilità o con bisogni educativi speciali

Non sono presenti alunni con disabilità o bisogni educativi speciali

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: 4	N. alunni: 10

Fonti di rilevazione dei dati

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

☐ griglie, questionari conoscitivi

☐ prove aperte (specificare: _____)

☒ altro: Test di autovalutazione motoria.

PROGETTAZIONE DISCIPLINARE PER COMPETENZE

2. QUADRO DELLE COMPETENZE

Asse culturale: **ASSE DEI LINGUAGGI**

Competenze disciplinari essenziali del primo biennio	• Osservare sé 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 sè 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. <u>La percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive</u>	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.	<u>TEORIA:</u> • 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).
---	--	--

COMPETENZE Cft.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
- Lo sport come strumento di integrazione tra i popoli.

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.	<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 Cft.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.	<u>TEORIA:</u> • 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).
---	--	--

COMPETENZEcf.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	<u>TEORIA:</u> • 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).

strategie per la pratica di attività sportive e ricreative in ambiente naturale.		
--	--	--

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. • 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 <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,	• 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.

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.	• 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

• Organizzazione di attività di arbitraggio degli sport individuali e di squadra.	prese in considerazione.
---	--------------------------

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 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. CONTENUTI DISCIPLINARI RELATIVI ALLA PROGETTAZIONE DI EDUCAZIONE CIVICA

Titolo: Il corpo in movimento nell'era dell'IA: cittadini attivi e consapevoli, n°3 ore , Il quadr.

4. MODULI RELATIVI ALLA DIDATTICA ORIENTATIVA

Attività		n. ore
Conosci te stesso per agire: corpo, emozioni e primo soccorso	Didattica orientativa	3

5. PERCORSO/I CLIL

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

6. STRATEGIE METODOLOGICHE

Lezione frontale Lezione dialogata e dibattito per rendere gli studenti protagonisti Lavori di gruppo, per favorire la collaborazione tra gli alunni e la condivisione delle attività.

7. AUSILI DIDATTICI

Libri di testo: *Educare al movimento. Allenamento salute e sport*, G.Fiorini, E.Chiesa, N.Lovecchio. Casa editrice: Marietti Scuola. Sussidi o testi di approfondimento: presentazioni multimediali, in aula. Attrezzature e ambienti per l'apprendimento: Palestra, cortile esterno adiacente la palestra.

8. MODALITÀ DI RECUPERO DELLE LACUNE RILEVATE E DI VALORIZZAZIONE DELLE ECCELLENZE

- Recupero curricolare
- Il recupero sarà rivolto agli alunni che presentano ancora difficoltà nell'adozione di un metodo di studio efficace e nell'acquisizione di competenze e conoscenze.
 - Saranno proposti compiti individualizzati differenziati per offrire a tutti la possibilità di migliorare e di evolvere in relazione alle potenzialità personali
- In base ai risultati raggiunti si metteranno in atto interventi personalizzati per piccoli e grandi gruppi o per tutta la classe.
- Si adotteranno le seguenti strategie d'intervento:
- Interventi in itinere
- Indicazioni per il recupero autonomo
- Apprendimento collaborativo favorendo le attività in piccoli gruppi
 - Interrogazioni programmate
- Periodo di pausa didattica

9. VERIFICA E VALUTAZIONE DEI PROCESSI E DEGLI APPRENDIMENTI

Attraverso prove scritte e orali test motori Osservazioni sistematiche Schede di valutazione e di autovalutazione La valutazione si basa sui livelli di partenza e si riferisce al miglioramento delle prestazioni individuali. Per le verifiche verranno utilizzate test motori d'ingresso, controlli periodici basati sulle osservazioni sistematiche. Interrogazioni e test di conoscenza. La valutazione servirà per mettere continuamente a punto le strategie educative più efficaci, non solo a lungo termine ma anche durante lo svolgimento delle attività didattiche. La valutazione finale di ogni singolo studente terrà conto dei risultati ottenuti e dei miglioramenti raggiunti rispetto alla situazione di partenza dell'impegno e dell'interesse e della partecipazione dimostrata nel corso dell'anno scolastico

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

Incontri con esperti per la prevenzione sull'uso e abuso di sostanze stupefacenti.
Organizzazione di giochi sportivi e tornei di interclasse
Corso di primo soccorso
Incontro con esperti di educazione alimentare
Organizzazione di tornei sportivi con altri istituti.

FIRMA DEL DOCENTE
Angelo Furneri

