



ISTITUTO D'ISTRUZIONE SUPERIORE "L. NOSTRO/L.REPACI"

Via Garibaldi, 75 – 89018 – Villa S. Giovanni (RC)

COD. MECC. RCIS03600Q - COD. FISC. 92081520808

con sedi associate :

Liceo "L. Nostro"- RCPM036017 - I.T.E. "L. Repaci"- RCTD036012

TEL. 0965/795349 - e-mail rcis03600q@istruzione.it- www.nostrorepaci.gov.it

PROGRAMMAZIONE INDIVIDUALE

Anno Scolastico 2023/2024

LICEO SCIENTIFICO AD INDIRIZZO SPORTIVO

MATERIA DISCIPLINE E SPORTIVE

CLASSE 4[^] I

PROF. SSA GIOVANNA LOFARO

LA COORDINATRICE

Prof.ssa Giovanna Lofaro

IL DIRIGENTE SCOLASTICO

Prof.ssa Maristella Spezzano

Data presentazione: 28 ottobre 2023

PREREQUISITI DI ACCESSO AL PROGRAMMA DI DISCIPLINE SPORTIVE

DELLA CLASSE 4^A I LICEO SCIENTIFICO IND. SPORTIVO ➤

Discreta padronanza delle capacità motorie.

- Applicare con una certa autonomia le conoscenze acquisite negli anni precedenti.
- Saper rispettare gli altri, le regole e le consegne
- Apprezzabile consapevolezza delle corrette abitudini per il conseguimento di un migliore stile di vita.

➤ **LIVELLI DI APPRENDIMENTO RILEVATI IN INGRESSO**

ASSE SCIENTIFICO TECNOLOGICO	CONOSCENZE	ABILITÀ	COMPETENZE
DISCIPLINE SPORTIVE	- Conoscere le capacità coordinative, come poterle migliorare per applicarle adeguatamente durante le attività pratiche. - Conoscere le regole, i fondamentali di gioco e i principali gesti arbitrari dell'attività sportiva praticata - Conoscere i principi di allenamento che caratterizzano gli sport individuali studiati. - Conoscere i principali movimenti del corpo umano e saperli eseguire in funzione della conoscenza della terminologia acquisita	- Riconoscere le capacità coordinative coinvolte nei vari movimenti durante l'attività pratica. - Praticare attivamente i valori sportivi (fair-play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole. - Trasferire i valori culturali appresi in campo sportivo nella vita. -Saper applicare in modo generico i principi di allenamento che caratterizzano gli sport individuali studiati. - Muovere consapevolmente il proprio corpo in movimento nello spazio e nel tempo.	- Ideare ed eseguire un percorso o un circuito per migliorare le capacità motorie. - Saper applicare in modo generico i principi che caratterizzano l'allenamento in un'attività pratica. - Saper valutare l'adeguatezza di un percorso rispetto alle proprie capacità. - Assumere comportamenti responsabili durante la pratica e lo svolgimento di attività motorie. - Avvalersi dell'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.

DISCIPLINA	LIVELLO ESSENZIALE	LIVELLO SODDISFACENTE	LIVELLO BUONO	LIVELLO ECCELLENTE
	N. Studenti	N. Studenti	N. Studenti	N. Studenti
DISCIPLINE SPORTIVE	7	10	10	==

LEGENDA LIVELLI

LIVELLO ESSENZIALE 1.

La competenza è acquisita in modo essenziale: lo studente esegue compiti in forma guidata e dimostra una basilare consapevolezza delle conoscenze. Ovvero quando lo studente raggiunge dal 50% al 65% degli esiti previsti nell'asse culturale di riferimento.

LIVELLO SODDISFACENTE 2.

La competenza è acquisita in modo soddisfacente: lo studente esegue compiti in modo autonomo, con discreta consapevolezza e padronanza delle conoscenze.

Ovvero quando l'allievo raggiunge dal 66% all'80% degli esiti previsti nell'asse culturale di riferimento.

LIVELLO BUONO 3.

La competenza è acquisita in modo completo: lo studente esegue compiti in modo autonomo e responsabile con buona consapevolezza e padronanza delle conoscenze.

Ovvero quando lo studente raggiunge dall'81% al 90% degli esiti previsti.

LIVELLO ECCELLENTE 4.

La competenza è acquisita in ampi contesti in modo eccellente: lo studente esegue compiti in modo autonomo e responsabile con una ottima consapevolezza e padronanza delle conoscenze.

Ovvero quando lo studente supera il 91% degli esiti previsti nell'asse culturale di riferimento.

Obiettivi specifici di apprendimento anche con l'utilizzo trasversale delle Competenze Chiave di Cittadinanza:	Competenze Attese
<p>Imparare ad imparare Disporsi in atteggiamento ricettivo ed utilizzare correttamente gli strumenti didattici, percorrendo consapevolmente le fasi del processo di apprendimento</p> <p>Progettare Elaborare e realizzare progetti utilizzando le conoscenze apprese</p> <p>Comunicare Comprendere messaggi di genere diverso e di complessità diversa, trasmessi utilizzando linguaggi diversi attraverso supporti cartacei, informatici e multimediali</p> <p>Collaborare e partecipare Disporsi in atteggiamento collaborativo verso l'interlocutore, comprendendo i diversi punti di vista e contribuendo all'apprendimento comune</p> <p>Agire in modo autonomo e responsabile Sapersi inserire in modo attivo e consapevole nella vita sociale, riconoscendo limiti e responsabilità e rispettando le regole</p> <p>Risolvere problemi Utilizzare gli strumenti culturali di cui si è in possesso al fine di orientarsi in una situazione problematica</p> <p>Individuare collegamenti e relazioni Saper operare collegamenti tra argomenti diversi e cogliere analogie e differenze in testi tra loro distanti</p> <p>Acquisire e interpretare l'informazione Comprendere il significato e lo scopo dei testi, individuare le informazioni e distinguerle dalle opinioni, cogliere i caratteri specifici dei testi letterari e formulare una semplice, ma consapevole interpretazione.</p>	<p>Imparare ad eseguire movimenti corretti in funzione dello spazio, del tempo, dei compagni e degli avversari</p> <p>Saper organizzare autonomamente un'attività all'interno dell'ora di lezione</p> <p>Utilizzare i linguaggi specifici e non per interagire con i compagni e con l'insegnante</p> <p>Riuscire a collaborare con i compagni di squadra del momento per la realizzazione di un obiettivo comune</p> <p>Saper adottare comportamenti idonei al fine di prevenire situazioni di pericolo per la propria ed altrui incolumità durante le lezioni pratiche</p> <p>Riuscire ad attuare corretti comportamenti motori per risolvere problemi di gioco</p> <p>Riuscire ad individuare una tipologia di capacità motoria e relazionarla con altri tipi di attività</p> <p>Acquisire ed elaborare attraverso reazioni motorie gli stimoli provenienti dai propri recettori</p>

**Livello di apprendimento da raggiungere al termine del percorso didattico-formativo di
Discipline sportive della Classe 4[^]**

- Individuare e applicare, in modo generico, una metodologia di allenamento in funzione della disciplina praticata,
- rispettare i principi basilari dell'alimentazione assumendosi la responsabilità delle proprie scelte per la propria ed altrui salute,
- gestire ed analizzare i risultati delle proprie prestazioni, valutandone i punti di forza e di debolezza,
- abbinare una corretta alimentazione in funzione dell'attività fisica da svolgere,
- avvalersi dell'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali,
- essere in grado di creare una progressione di esercizi per il miglioramento delle capacità condizionali,
- individuare e pianificare attività finalizzate al miglioramento delle capacità motorie,
- assumere comportamenti responsabili durante la pratica e lo svolgimento di attività motorie.

Articolazione della Programmazione Disciplinare

FASE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI
-------------	-----------------------------------	------------------

TRIMESTRE	<ul style="list-style-type: none"> - Collocare una disciplina sportiva nel contesto storico in cui si è sviluppata. - Rispetta i principi basilari dell'alimentazione assumendosi la responsabilità delle proprie scelte per la sua salute e quella degli altri. - Mantenere una corretta salute psicocorporea attraverso l'adozione di stili di vita attivi. - Riuscire a cogliere gli effetti negativi delle sponsorizzazioni nel modo del professionismo. - Essere in grado di applicare operativamente le conoscenze inerenti alle diverse discipline sportive 	<p>STORIA SPORT E SOCIETÁ</p> <p>L'agonismo tra ottocento e novecento</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Il novecento: il secolo dello sport. ❖ Sport: da elitario a popolare. ❖ La rivoluzione delle due ruote. ❖ La rinascita delle Olimpiadi. ❖ Le discipline delle prime Olimpiadi moderne. ❖ La fiaccola è accesa: le Olimpiadi continuano. ❖ L'Italia: una nazione da allenare. ❖ Tutti con la testa nel pallone. <p>Lo sport degli sponsor</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Lo sport come fenomeno globale. ❖ I grandi marchi negli stadi. ❖ Le sponsorizzazioni: pilastro del professionismo. ❖ Le squadre si quotano in borsa. Controllare gli eccessi: il fair play finanziario. <p>SPORT E SALUTE</p> <p>L'alimentazione dello sportivo</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ La dieta, ❖ la piramide alimentare ❖ i nutrienti ❖ l'obiettivo energetico e nutrizionale, ❖ i criteri della scelta alimentare, ❖ abitudini e consigli legati allo sport. <p>ATTIVITA' DI : TIRO CON L'ARCO SCHERMA ATLETICA LEGGERA RUGBY LOTTA LIBERA DUATHLON</p>
PENTAMESTRE	<p>Conoscere i più noti test di laboratorio e</p>	<p>TEST E VALUTAZIONE - Che cosa sono i test</p>

	<p>da campo.</p> <p>Saper scegliere i test più appropriati a seconda e della finalità da raggiungere.</p> <p>- Essere in grado di individuare e applicare, in modo generico, una metodologia di allenamento in funzione della disciplina praticata.</p> <p>Essere in grado di individuare e applicare, in modo generico, una metodologia di allenamento in funzione della disciplina praticata.</p> <p>- Essere in grado di applicare operativamente le conoscenze inerenti alle diverse discipline sportive</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Il test di Cooper, ❖ il test di Conconi ❖ i test navetta ❖ <u>SCIENZA DELLO SPORT</u>: l'allenamento del velocista. ❖ <u>SCIENZA DELLO SPORT</u>: l'allenamento per l'equilibrio dinamico. <p>SPORT E ALLENAMENTO</p> <p>Gli sport di squadra</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Le diverse esigenze di allenamento. ❖ La pallacanestro. ❖ <u>SCIENZA DELLO SPORT</u>: un programma per prevenire gli infortuni nella pallacanestro. ❖ La pallavolo. ❖ <u>SCIENZA DELLO SPORT</u>: un programma per prevenire gli infortuni nella pallavolo. ❖ Il Calcio: l'evoluzione della preparazione atletica nel calcio. Gli allenamenti differenziati per ruolo. ❖ <u>SCIENZA DELLO SPORT</u>: esempio di riscaldamento prima di una partita di calcio. <p>Gli sport combinati</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Combinare diverse esigenze di allenamento ❖ Il Triathlon <p><u>SCIENZA DELLO SPORT</u>: il triathlon in sei lezioni.</p> <p>ATTIVITA' DI : TIRO CON L'ARCO SCHERMA ATLETICA LEGGERA RUGBY LOTTA LIBERA DUATHLON</p>
--	--	---

PERCORSO INTERDISCIPLINARE DI EDUCAZIONE CIVICA				
NUCLEI	TEMATICHE	COMPETENZE <i>Riferite al PECUP</i> <i>(ALL. C - LINEE GUIDA</i> <i>23/06/2020)</i>	CONOSCENZE/ABILITÀ	ORE

SVILUPPO SOSTENIBILI LE	DIRITTI TERRITORIO AMBIENTE: LA TUTELA DELL'AMBIENTE	- Rispettare l'ambiente, curarlo, conservarlo, migliorarlo, assumendo il principio di responsabilità.	- Conoscere gli sport di strada più diffusi ed i benefici che una sana attività motoria produce sia a chi pratica sport sia all'ambiente.	1
	CONTENUTO: "Beni pubblici, bene comune e sussidiarietà: come e dove praticano lo sport i giovani nel nostro territorio. sport di strada: bmx, inlineskate, parkour, skateboard			
TOT ORE				1
ATTIVITÀ	Convegni-dibattiti. Did. Vision film e documentari. Produzione, fruizione e scambio. Lettura critica dei quotidiani. Ricerca sul web. Partecipazione a giornate nazionali e internazionali. Partecipazione a progetti e concorsi. Progetti ptof. Visite guidate. Visite virtuali. Esperienze extrascolastiche.			
STRATEGIE METODOLOGICHE	Lezioni frontali ed interattive. Discussioni guidate. Didattica attiva e laboratoriale. Cooperative learning. Flipped classroom. Problem solving.			

PERCORSO INTERDISCIPLINARE		
Titolo	ETICA E SPORT	
Prerequisiti	Riconoscere i valori, anche nella vita quotidiana, che lo sport trasmette	
Verifiche	Vedi programmazione asse disciplinare	
Tempi	Trimestre	
Obiettivi di Apprendimento	Contenuti disciplinari	Strategie Metodologiche
Educare alla convivenza civile attraverso i valori che lo sport trasmette	Che cos'è il fair play? Le carte del fair play (libro disc. sport. p. 345) ok	Lezione frontale e dialogata Ricerca di materiale sul web Audiovisivi

PERCORSO INTERDISCIPLINARE		
Titolo	DAL MITO ALLA SCIENZA	
Prerequisiti	Riconoscere le continue scoperte della scienza anche in campo sportivo come elemento di progresso dell'uomo	
Verifiche	Vedi programmazione asse disciplinare	
Tempi	Pentamestre	
Obiettivi di Apprendimento	Contenuti disciplinari	Strategie Metodologiche
Saper interpretare le differenze esistenti tra i risultati sportivi ottenuti dagli atleti delle Olimpiadi antiche e quelli moderne	DISCIPLINE SPORTIVE Confronto tra i risultati sportivi dei primi atleti e quelli ottenuti dallo sport moderno	Lezione frontale e dialogata Ricerca di materiale sul web Audiovisivi

METODOLOGIA - STRUMENTI - VERIFICA - SOSTEGNO E /O RECUPERO							
Metodologia		Strumenti		Modalità di Verifica		Modalità Sostegno e/o Recupero	
Lezione Frontale	X	Libro di testo	X	Interrogazione orale	X	Intervento personalizzato /individualizzato	X

Cooperative Learning	X	Lavagna luminosa	X	Verifica scritta	X	Lavoro autonomo	X
Role Playing		Audiovisivi	X	Compiti a casa	X	Ricerca-azione	X
Problem Solving/Posing	X	Dispense	X	Questionari	X	Recupero per piccoli gruppi	X
Didattica per Progetti	X	Laboratorio	X	Test	X	Questionari	X
Lezione Interattiva e Partecipata	X	Riviste scientifiche	X	Brevi interventi	X	Sportello metodologico-didattico	X
Didattica Laboratoriale	X	LIM	X	Ricerche e/o tesine	X		
ClassRoom Debate	X	Piattaforma Gsuite	X	Prove strutturate e/o semi-strutturate	X		
Flipped Classroom				Project Work			

VERIFICHE IN RELAZIONE AGLI OBIETTIVI IN ITINERE	VERIFICHE SOMMATIVE (min.7 tra orale e pratico)	Trimestre min. 3 (tra orale e pratico)	Pentamestre min. 4 (tra orale e pratico)
TIPOLOGIA C (QUESITI A RISPOSTA MULTIPLA,V/F)	X	X	X
PROVE STRUTTURATE (RIASSUNTO, RELAZIONE)	X	X	X
PROVE MISTE (QUESITI/RISPOSTE APERTE)	X	X	X
INTERROGAZIONE ORALE	X	OVE OCCORRA, IN SOSTITUZIONE DELLA PROVA SCRITTA E/O PRATICA	
OSSERVAZIONE DIRETTA E SISTEMATICA	X	SEMPRE	
BREVI INTERVENTI	X	SEMPRE	

RECUPERO			
FASE	DURATA	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI
TRIMESTRE PENTAMESTRE	IN ITINERE	Avere acquisito un sufficiente livello di sviluppo delle capacità motorie e possedere conoscenze essenziali degli argomenti proposti	In relazione alla varietà delle lacune registrate, verranno proposti all'allievo i contenuti ritenuti essenziali per il recupero delle lacune evidenziate.

CRITERI DI VALUTAZIONE PROVE SCRITTE/ORALI E PRATICHE

Saranno somministrati questionari con tipologia vero/falso e/o a risposta multipla miranti a verificare il grado di conoscenza dei contenuti e la capacità di orientarsi nella prova richiesta.

Le prove pratiche saranno valutate in termini di interesse, partecipazione, impegno e capacità di applicazione dimostrati durante le lezioni, oltre che per i progressi nelle capacità motorie rilevati per ogni singolo studente.

CRITERI DI VALUTAZIONE COMPORTAMENTO

Si terrà conto dell'atteggiamento assunto dagli studenti in classe durante le attività teoriche e negli spazi dove è previsto lo svolgimento delle attività pratiche. A tal proposito verranno osservati: il rispetto dei luoghi frequentati, le condotte che gli studenti terranno nei confronti dei docenti, dei compagni e del personale scolastico, la cura verso gli attrezzi avuti in dotazione, la capacità di praticare attività in modo corretto e funzionale, l'impegno, l'interesse e la partecipazione dimostrati durante le lezioni.

CRITERI DI VALUTAZIONE TRIMESTRALE E FINALE

Valutazione tri-pentamestre: avrà carattere sommativo tra le singole valutazioni pratiche e teoriche a cui lo studente è stato sottoposto.

Valutazione finale: anch'essa avrà carattere sommativo e terrà conto delle valutazioni acquisite durante il pentamestre, dell'impegno profuso, dell'interesse, della partecipazione e del comportamento che lo studente ha dimostrato durante l'anno scolastico, oltreché dei progressi dell'apprendimento dal punto di vista motorio e del miglioramento dei livelli di conoscenza; inoltre si darà adeguata importanza alla partecipazione ad attività extracurricolari promosse dall'istituzione scolastica.

Valutazione studenti esonerati dalle attività pratiche: avverrà tramite l'osservazione delle capacità dello studente di relazionarsi e collaborare con il docente e con i compagni e anche tramite l'assegnazione di compiti di assistenza e arbitraggio nelle attività sportive presenti nella programmazione didattica.

(Si allegano griglie di valutazione delle prove pratiche e teoriche)

Indicatori di apprendimento	Livelli di prestazione	Valutaz.
Conoscenza dei contenuti	Liv.A - preparazione di base ben strutturata, padronanza degli argomenti trattati.	10
	Liv.B - buona la preparazione di base, approfondita la conoscenza dei contenuti.	8-9
	Liv.C - preparazione completa in quasi tutti gli aspetti.	7
	Liv.D - preparazione completa ma talvolta superficiale.	6
	Liv.E - preparazione modesta e frammentaria.	4-5
	Liv.F - preparazione carente sotto tutti gli aspetti.	1-3
Capacità di applicazione	Liv.A - sa applicare autonomamente competenze e conoscenze acquisite in contesti nuovi.	10
	Liv.B- applica efficacemente proprietà e regole anche in contesti nuovi.	8-9
	Liv.C - sa applicare correttamente proprietà e regole.	7
	Liv.D - guidato opportunamente riesce ad applicare proprietà e regole.	6
	Liv.E - sa applicare le conoscenze in modo parziale.	4-5
	Liv.F - non sempre è in grado di applicare correttamente le conoscenze.	1-3

Impegno	Liv.A - lavora con metodo, impegno assiduo e costruttivo.	10
	Liv.B - impegno diligente, sa organizzare il lavoro in modo proficuo.	8-9
	Liv.C - impegno costante ed adeguato.	7
	Liv.D - impegno regolare ma non sempre adeguato.	6
	Liv.E - impegno superficiale e non sempre adeguato. Liv.F	4-5
	- impegno incostante e superficiale	1-3
Interesse	Liv.A - mostra particolare interesse e curiosità per tutte le discipline. Liv.B	10
	- interesse continuo e particolare.	8-9
	Liv.C - interesse costante.	7
	Liv.D - interesse non sempre costante.	6
	Liv.E - interesse piuttosto discontinuo.	4-5
	Liv.F - interesse sporadico e poco motivato	1-3
Partecipazione	Liv.A - attiva, ricca di interventi e costruttiva.	10
	Liv.B - attiva e costruttiva.	8-9
	Liv.C - attiva e proficua.	7
	Liv.D - abbastanza soddisfacente.	6
	Liv.E - discontinua e non sempre proficua. Liv.F	4-5
	- inesistente e passiva	1-3

La Docente
Prof.ssa Lofaro Giovanna