



## **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. 0965/499481 - e-mail [rcis03600q@istruzione.it](mailto:rcis03600q@istruzione.it)- [www.nostrorepaci.edu.it](http://www.nostrorepaci.edu.it)

### **PROGRAMMAZIONE INDIVIDUALE**

**Anno Scolastico 2023/2024**

**LICEO SCIENTIFICO AD INDIRIZZO SPORTIVO**

**MATERIA DISCIPLINE SPORTIVE**

**CLASSE 1<sup>^</sup> SEZ. I**

**PROF. SANTI GIUSEPPE LA FAUCI**

IL COORDINATORE

PROF.SSA LEONARDA DELFINO

IL DIRIGENTE SCOLASTICO

PROF.SSA MARISTELLA SPEZZANO

Data presentazione: 30 ottobre 2023

## PREREQUISITI DI ACCESSO AL PROGRAMMA DI DISCIPLINE SPORTIVE DELLA CLASSE 1<sup>^</sup> DEL LICEO SCIENTIFICO AD INDIRIZZO SPORTIVO

- Efficienza e funzionalità di organi ed apparati;
- minima padronanza delle capacità motorie;
- minima 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
<b>DISCIPLINE SPORTIVE</b>	Conoscono in forma semplice i principali organi, sistemi e apparati del corpo umano e i benefici dell'attività fisica. Conoscono le regole fondamentali dei principali sport di squadra.	Dimostrano di eseguire in forma sufficientemente corretta le attività richieste. Utilizzano in modo adeguato il lessico specifico	<b>Sono in grado di:</b> riconoscere i principali sistemi ed apparati del corpo umano; riconoscere le principali regole di alcuni sport di squadra; utilizzare con una certa consapevolezza il proprio corpo.

DISCIPLINA	LIVELLO INSUFFICIENTE N. Alunni	LIVELLO ESSENZIALE N. Alunni	LIVELLO SODDISFACENTE N. Alunni	LIVELLO BUONO N. Alunni	LIVELLO ECCELLENTE N. Alunni
<b>SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE</b>	==	2	14	==	==

### LEGENDA LIVELLI

#### **LIVELLO INSUFFICIENTE -1 (esprimibile solo per le classi prime)**

L'alunno esegue compiti in modo parziale e non possiede sufficiente consapevolezza delle conoscenze (l'allievo raggiunge meno del 50% degli esiti previsti nell'asse culturale di riferimento)

#### **LIVELLO ESSENZIALE 1.**

L'alunno esegue compiti in forma guidata e dimostra una basilare consapevolezza delle conoscenze (l'allievo raggiunge dal 50% al 65% degli esiti previsti nell'asse culturale di riferimento)

#### **LIVELLO SODDISFACENTE 2.**

L'alunno esegue compiti in modo autonomo, con discreta consapevolezza e padronanza delle conoscenze (l'allievo raggiunge dal 66% all'80% degli esiti previsti nell'asse culturale di riferimento)

#### **LIVELLO BUONO 3.**

L'alunno esegue compiti in modo autonomo e responsabile con buona consapevolezza e padronanza delle conoscenze (l'allievo raggiunge dall'81% al 90% degli esiti previsti)

#### **LIVELLO ECCELLENTE 4.**

L'alunno esegue compiti in modo autonomo e responsabile con una ottima consapevolezza e padronanza delle conoscenze (l'allievo supera il 91% degli esiti previsti nell'asse culturale di riferimento)

	<b>OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO ANCHE CON L'UTILIZZO TRASVERSALE DELLE COMPETENZE CHIAVE DI CITTADINANZA</b>	<b>COMPETENZE ATTESE</b>
<b>COSTRUZIONE DEL SÉ</b>	1) IMPARARE AD IMPARARE.	Imparare ad eseguire movimenti corretti in funzione dello spazio, del tempo, dei compagni e degli avversari.
	2) PROGETTARE	Saper organizzare autonomamente un'attività all'interno dell'ora di lezione
<b>RELAZIONE CON GLI ALTRI</b>	3) COMUNICARE	Utilizzare i linguaggi specifici e non per interagire con i compagni e con l'insegnante
	4) COLLABORARE E PARTECIPARE	Riuscire a collaborare con i compagni di squadra del momento per la realizzazione di un obiettivo comune
	5) AGIRE IN MODO AUTONOMO E RESPONSABILE	Saper adottare comportamenti idonei al fine di prevenire situazioni di pericolo per la propria ed altrui incolumità durante le lezioni pratiche
<b>RAPPORTO CON LA REALTÀ NATURALE E SOCIALE</b>	6) RISOLVERE PROBLEMI	Riuscire ad attuare corretti comportamenti motori per risolvere problemi di gioco
	7) INDIVIDUARE COLLEGAMENTI E RELAZIONI	Riuscire ad individuare una tipologia di capacità motoria e relazionarla con altri tipi di attività
	8) ACQUISIRE E INTERPRETARE L'INFORMAZIONE.	Acquisire ed elaborare attraverso reazioni motorie gli stimoli provenienti dai propri recettori

**Livello di apprendimento da raggiungere al termine del percorso didattico-formativo  
Della 1<sup>^</sup> Classe del Liceo scientifico ad indirizzo sportivo**

- Collegare le funzioni dei vari organi e apparati all'attività fisica.
- Interpretare i gesti arbitrari durante l'attività sportiva praticata.
- Assumere comportamenti responsabili durante lo svolgimento di attività pratiche.
- Classificare gli sport a seconda dei meccanismi energetici che li caratterizzano.
- Mettere in atto forme elementari di prevenzione.
- Applicare operativamente le principali conoscenze inerenti al mantenimento della salute dinamica.
- Applicare una terminologia essenziale corrispondente al movimento.
- Assumere comportamenti responsabili durante la pratica e lo svolgimento di attività motorie.

## Articolazione della Programmazione Disciplinare

Fase	Obiettivi di apprendimento in itinere	Contenuti	Attività
<b>Trimestre</b>	Conoscere l'evoluzione della scienza durante lo sviluppo della pratica fisica	<p style="text-align: center;"><b><u>LA SCIENZA NELLA PRATICA FISICA</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le scuole ginnastiche</li> <li>• Cosa sono la fisiologia</li> <li>• Cosa è la biomeccanica</li> <li>• Le teorie dell'apprendimento motorio</li> </ul>	- Lezione frontale - Visione audiovisivi
	Conoscere l'importanza della valutazione motoria per pianificare in modo ottimale un'attività sportiva	<p style="text-align: center;"><b><u>TEST E VALUTAZIONE</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Misurare e valutare</li> <li>• I test da campo</li> <li>• Il test di Cooper e di Conconi</li> <li>• I test navetta</li> <li>• I test per valutare la forza, il massimale di forza e la potenza muscolare</li> <li>• L'agility test</li> </ul>	- Lezione pratica - Lezione frontale
	Conoscere la disciplina sportiva del tennis, dal punto di vista tecnico, fisico, regolamentare e storico	<p style="text-align: center;"><b><u>TENNIS/PADEL</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fondamentali di gioco: il dritto, il rovescio, la battuta; attività per il miglioramento delle capacità coordinative generali</li> </ul>	- Lezione pratica - Lezione frontale
	Conoscere le tipologie di sport e classificarli in base alle loro caratteristiche	<p style="text-align: center;"><b><u>AMBIENTE E SPORT</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Perché classificare</li> <li>• Open e closed skills</li> <li>• Opposizione e combattimento</li> <li>• Situazione e precisione</li> <li>• Sport individuali e di squadra</li> <li>• Indoor e outdoor</li> </ul>	- Lezione frontale - Visione audiovisivi
<b>Pentamestre</b>	Conoscere la disciplina sportiva della pallavolo, dal punto di vista tecnico, fisico, regolamentare e storico	<p style="text-align: center;"><b><u>PALLAVOLO</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fondamentali di gioco: palleggio, bagher, battuta, schiacciata; attività per il miglioramento delle capacità coordinative generali</li> </ul>	- Lezione pratica - Lezione frontale
	Conoscere i fattori della prestazione e il modo di intervento del sistema muscolare in funzione della sua tipologia	<p style="text-align: center;"><b><u>CORPO E ALLENAMENTO</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• I fattori della prestazione e i caratteri specifici</li> <li>• Come lavora il muscolo</li> <li>• Allenamento e muscolatura</li> <li>• L'ipertrofia muscolare</li> <li>• La trasformazione delle fibre muscolari</li> </ul>	- Lezione frontale - Visione audiovisivi
	Conoscere la disciplina sportiva dell'orienteeing, dal punto di vista tecnico, fisico, regolamentare e storico	<p style="text-align: center;"><b><u>ORIENTEEING</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Teoria e pratica dell'orienteeing</li> <li>• Strumenti e tecniche di apprendimento</li> <li>• Le specificità dei programmi di allenamento</li> <li>• La preparazione atletica</li> <li>• Le tattiche di gara; il trail-o</li> </ul>	- Lezione pratica - Lezione frontale - Visione audiovisivi
	Conoscere i principali concetti della prevenzione intesa come atto di responsabilità personale	<p style="text-align: center;"><b><u>SPORT E SALUTE</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• L'attività fisica come prevenzione</li> </ul>	- Lezione frontale - Visione audiovisivi
	Conoscere la disciplina sportiva della pallacanestro dal punto di vista tecnico, fisico, regolamentare e storico	<p style="text-align: center;"><b><u>PALLACANESTRO</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fondamentali di gioco con palla: palleggio, passaggio e tiro; la difesa</li> <li>• Attività per il miglioramento delle capacità coordinative generali</li> </ul>	- Lezione pratica - Lezione frontale
	Conoscere ed applicare i principali valori del fair play	<p style="text-align: center;"><b><u>SPORT, STORIA E SOCIETA'</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lo sport ed il fair play</li> </ul>	- Lezione frontale - Visione audiovisivi

PERCORSO INTERDISCIPLINARE DI EDUCAZIONE CIVICA				
NUCLEI	TEMATICHE	COMPETENZE Riferite al PECUP (ALL. C - LINEE GUIDA 23/06/2020)	CONOSCENZE/ ABILITÀ	ORE
CITTADINANZA DIGITALE	COMUNICAZIONE E CITT@DINANZA DIGITALE: IL CYBERBULLISMO EFFETTI DELLE DIPENDENZE DIGITALI	Perseguire con ogni mezzo e in ogni contesto il principio di legalità e di solidarietà dell'azione individuale e sociale, promuovendo principi, valori e ambiti di contrasto alla criminalità organizzata e alle mafie.	CONOSCERE GLI EFFETTI DELLE DIPENDENZE DIGITALI	1
			Le scommesse online	
<b>TOT ORE</b>				1
<b>ATTIVITÀ</b>		Convegni - Dibattiti - Dad Visione 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.		
<b>STRATEGIE METODOLOGICHE</b>		Lezioni frontali ed interattive. Discussioni guidate. Didattica attiva e laboratoriale. Cooperative learning. Flipped classroom. Problem solving.		

METODOLOGIA		STRUMENTI		MODALITÀ DI VERIFICA		MODALITÀ SOSTEGNO E/O RECUPERO	
Lezione frontale	X	Libro di testo Dispense	X	Interrogazione orale	X	Intervento personalizzato/ individualizzato	X
Cooperative learning	X	Lavagna luminosa	X	Verifica scritta	X	Lavoro autonomo	X
Role Playing	X	Audiovisivi		Prove strutturate e/o semistrutturate	X	Sportello metodologico didattico	
Problem Solving/Posing	X	Osservazione diretta e sistematica	X	Compiti a casa		Ricerca-azione	
Lezione interattiva e partecipata	X	Laboratorio		Ricerche e/o tesine	X	Questionari	X
Didattica laboratoriale	X	Lim	X	Test	X		
Classroom Debate	X	Piattaforma Gsuite	X	Questionari	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	<b>Ove occorra, in sostituzione della prova pratica</b>	
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 contenuti ritenuti essenziali per il recupero delle lacune evidenziate.

CRITERI DI VALUTAZIONE PROVE SCRITTE/ORALI E PRATICHE
<p>Oltre alle verifiche orali, 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.</p> <p>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</p>

CRITERI DI VALUTAZIONE COMPORTAMENTO
<p>Si terrà conto dell'atteggiamento assunto dagli allievi in classe durante le attività teoriche e negli spazi dove è previsto lo svolgimento delle attività pratiche. A tal proposito verranno osservati:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- il rispetto dei luoghi frequentati,</li> <li>- le condotte che gli alunni terranno nei confronti dei docenti, dei compagni e del personale scolastico,</li> <li>- la cura verso gli attrezzi avuti in dotazione,</li> <li>- la capacità di praticare attività in modo corretto e funzionale,</li> <li>- l'impegno, l'interesse e la partecipazione dimostrati durante le lezioni.</li> </ul>

CRITERI DI VALUTAZIONE TRI-PENTAMESTRALE E FINALE
<p><b>VALUTAZIONE TRI-PENTAMESTRE:</b> avrà carattere sommativo tra le singole valutazioni pratiche e teoriche a cui lo studente è stato sottoposto.</p> <p><b>VALUTAZIONE FINALE:</b> 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 dal miglioramento dei livelli di conoscenza; inoltre si darà adeguata importanza alla partecipazione ad attività extracurricolari promosse dall'istituzione scolastica.</p> <p><b>VALUTAZIONE STUDENTI ESONERATI DALLE ATTIVITÀ PRATICHE:</b> 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.</p>

(Si allega griglia di valutazione delle prove pratiche e scritte)

<b>Indicatori di apprendimento</b>	<b>Livelli di prestazione</b>	<b>Valutaz.</b>
<b>Conoscenza dei contenuti</b>	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
<b>Capacità di applicazione</b>	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
<b>Impegno</b>	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.	4-5
	Liv.F - impegno incostante e superficiale	1-3
<b>Interesse</b>	Liv.A - mostra particolare interesse e curiosità per tutte le discipline.	10
	Liv.B - 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
<b>Partecipazione</b>	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.	4-5
	Liv.F - inesistente e passiva	1-3

**Il Docente**

Prof Santi Giuseppe La Fauci