



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- www.nostrorepaci.edu.it

PROGRAMMAZIONE INDIVIDUALE

Anno Scolastico 2023/2024

LICEO SCIENTIFICO AD INDIRIZZO SPORTIVO

MATERIA DISCIPLINE SPORTIVE

CLASSE 1[^] 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[^] 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
DISCIPLINE SPORTIVE	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	Sono in grado di: 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
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE	==	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)

	OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO ANCHE CON L'UTILIZZO TRASVERSALE DELLE COMPETENZE CHIAVE DI CITTADINANZA	COMPETENZE ATTESE
COSTRUZIONE DEL SÉ	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
RELAZIONE CON GLI ALTRI	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
RAPPORTO CON LA REALTÀ NATURALE E SOCIALE	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[^] 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
Trimestre	Conoscere l'evoluzione della scienza durante lo sviluppo della pratica fisica	<p style="text-align: center;"><u>LA SCIENZA NELLA PRATICA FISICA</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Le scuole ginnastiche • Cosa sono la fisiologia • Cosa è la biomeccanica • Le teorie dell'apprendimento motorio 	- Lezione frontale - Visione audiovisivi
	Conoscere l'importanza della valutazione motoria per pianificare in modo ottimale un'attività sportiva	<p style="text-align: center;"><u>TEST E VALUTAZIONE</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Misurare e valutare • I test da campo • Il test di Cooper e di Conconi • I test navetta • I test per valutare la forza, il massimale di forza e la potenza muscolare • L'agility test 	- Lezione pratica - Lezione frontale
	Conoscere la disciplina sportiva del tennis, dal punto di vista tecnico, fisico, regolamentare e storico	<p style="text-align: center;"><u>TENNIS/PADEL</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Fondamentali di gioco: il dritto, il rovescio, la battuta; attività per il miglioramento delle capacità coordinative generali 	- Lezione pratica - Lezione frontale
	Conoscere le tipologie di sport e classificarli in base alle loro caratteristiche	<p style="text-align: center;"><u>AMBIENTE E SPORT</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Perché classificare • Open e closed skills • Opposizione e combattimento • Situazione e precisione • Sport individuali e di squadra • Indoor e outdoor 	- Lezione frontale - Visione audiovisivi
Pentamestre	Conoscere la disciplina sportiva della pallavolo, dal punto di vista tecnico, fisico, regolamentare e storico	<p style="text-align: center;"><u>PALLAVOLO</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Fondamentali di gioco: palleggio, bagher, battuta, schiacciata; attività per il miglioramento delle capacità coordinative generali 	- 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;"><u>CORPO E ALLENAMENTO</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • I fattori della prestazione e i caratteri specifici • Come lavora il muscolo • Allenamento e muscolatura • L'ipertrofia muscolare • La trasformazione delle fibre muscolari 	- Lezione frontale - Visione audiovisivi
	Conoscere la disciplina sportiva dell'orienteeing, dal punto di vista tecnico, fisico, regolamentare e storico	<p style="text-align: center;"><u>ORIENTEERING</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Teoria e pratica dell'orienteeing • Strumenti e tecniche di apprendimento • Le specificità dei programmi di allenamento • La preparazione atletica • Le tattiche di gara; il trail-o 	- Lezione pratica - Lezione frontale - Visione audiovisivi
	Conoscere i principali concetti della prevenzione intesa come atto di responsabilità personale	<p style="text-align: center;"><u>SPORT E SALUTE</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • L'attività fisica come prevenzione 	- Lezione frontale - Visione audiovisivi
	Conoscere la disciplina sportiva della pallacanestro dal punto di vista tecnico, fisico, regolamentare e storico	<p style="text-align: center;"><u>PALLACANESTRO</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Fondamentali di gioco con palla: palleggio, passaggio e tiro; la difesa • Attività per il miglioramento delle capacità coordinative generali 	- Lezione pratica - Lezione frontale
	Conoscere ed applicare i principali valori del fair play	<p style="text-align: center;"><u>SPORT, STORIA E SOCIETA'</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Lo sport ed il fair play 	- 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	
TOT ORE				1
ATTIVITÀ		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.		
STRATEGIE METODOLOGICHE		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	Ove occorra, in sostituzione della prova 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 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"> - il rispetto dei luoghi frequentati, - le condotte che gli alunni 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 TRI-PENTAMESTRALE E FINALE
<p>VALUTAZIONE TRI-PENTAMESTRE: avrà carattere sommativo tra le singole valutazioni pratiche e teoriche a cui lo studente è stato sottoposto.</p> <p>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 dal miglioramento dei livelli di conoscenza; inoltre si darà adeguata importanza alla partecipazione ad attività extracurricolari promosse dall'istituzione scolastica.</p> <p>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.</p>

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

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.	4-5
	Liv.F - impegno incostante e superficiale	1-3
Interesse	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
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.	4-5
	Liv.F - inesistente e passiva	1-3

Il Docente

Prof Santi Giuseppe La Fauci