



## **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**

**ITE**

**MATERIA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

**CLASSE 4<sup>^</sup> SEZ. A**

**PROF. MARCO VITALE**

**IL COORDINATORE**

**PROF.SSA ANNAMARIA LAMMENDOLA**

**IL DIRIGENTE SCOLASTICO**

**PROF.SSA MARISTELLA SPEZZANO**

Data presentazione: 25.10.2023

**PREREQUISITI DI ACCESSO AL PROGRAMMA DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE DELLA  
CLASSE 4<sup>A</sup> A ITE**

**LIVELLI DI APPRENDIMENTO RILEVATI IN INGRESSO**

<b>ASSE SCIENTIFICO-TECNOLOGICO</b>	<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITÀ</b>	<b>COMPETENZE</b>
<b>SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Conoscere</b> la classificazione delle capacità motorie.</li> <li>- <b>conoscere</b> le capacità coordinative, come poterle migliorare per applicarle adeguatamente durante le attività pratiche.</li> <li>- <b>conoscere</b> le regole, i fondamentali di gioco e i principali gesti arbitrali dell'attività sportiva praticata.</li> <li>- <b>conoscere</b> le condotte da adottare durante le attività di trekking e la classificazione degli itinerari.</li> <li>- <b>conoscere</b> i principali movimenti del corpo umano e saperli eseguire in funzione della conoscenza della terminologia acquisita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>eseguire</b> attività in grado di migliorare le capacità coordinative motorie.</li> <li>- <b>riconoscere</b> le capacità coordinative coinvolte nei vari movimenti durante l'attività pratica.</li> <li>- <b>praticare</b> attivamente i valori sportivi (fair-play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.</li> <li>- <b>trasferire</b> i valori culturali appresi in campo sportivo nella vita quotidiana.</li> <li>- <b>sapersi</b> muovere in sicurezza nei diversi ambienti naturali.</li> <li>- <b>muovere</b> consapevolmente il proprio corpo in movimento nello spazio e nel tempo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>creare</b> una progressione di esercizi per il miglioramento delle capacità coordinative di uno o più distretti corporei.</li> <li>- <b>ideare</b> ed eseguire un percorso o un circuito per migliorare la coordinazione generale e/o specifica.</li> <li>- <b>interpretare</b> i gesti arbitrali durante l'attività sportiva praticata.</li> <li>- <b>saper valutare</b> l'adeguatezza di un percorso rispetto alle proprie capacità.</li> <li>- <b>assumere</b> comportamenti responsabili durante la pratica e lo svolgimento di attività motorie.</li> <li>- <b>avvalersi</b> dell'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.</li> </ul>

<b>DISCIPLINA</b>	<b>LIVELLO INSUFFICIENTE</b>	<b>LIVELLO ESSENZIALE</b>	<b>LIVELLO SODDISFACENTE</b>	<b>LIVELLO BUONO</b>	<b>LIVELLO ECCELLENTE</b>
	<b>N. Alunni</b>	<b>N. Alunni</b>	<b>N. Alunni</b>	<b>N. Alunni</b>	<b>N. Alunni</b>
<b>SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE</b>	===	3	5	5	

**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 Classe 4<sup>A</sup> ITE**

- Creare una progressione didattica per il miglioramento di una o più capacità condizionale.
- interagire con i compagni utilizzando il linguaggio del corpo.
- 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 condizionali.
- assumere comportamenti responsabili durante la pratica e lo svolgimento di attività motorie.

## Articolazione della Programmazione Disciplinare

FASE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI
<b>TRIMESTRE</b>	<p>Eseguire attività finalizzate al miglioramento delle capacità condizionali.</p> <p>- Praticare attivamente i valori sportivi (fair-play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.</p> <p>- Essere in grado di organizzare la fase di riscaldamento.</p> <p>- Applicare idonei comportamenti alimentari in funzione del fabbisogno energetico.</p> <p>- Saper trasferire i valori culturali appresi in campo sportivo nella vita quotidiana.</p> <p>- Muovere consapevolmente il proprio corpo in movimento nello spazio e nel tempo.</p> <p>- Eseguire movimenti semplici e complessi in situazioni statiche e dinamiche.</p> <p>-Conoscere il proprio corpo, la sua funzionalità e i benefici derivanti dall'attività fisica.</p>	<p><b>VALUTAZIONE MOTORIA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Somministrazione di test fisici per la valutazione delle principali capacità motorie.</li> </ul> <p><b>CAPACITÀ CONDIZIONALI E ALLENAMENTO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Forza, resistenza, velocità e flessibilità</li> <li>▪ L'allenamento sportivo</li> </ul> <p><b>SPORT, REGOLE E FAIR PLAY</b> <u>Sport di squadra:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Atletica – le staffette</li> <li>▪ Pallavolo</li> <li>▪ Pallamano</li> <li>▪ Basket</li> <li>▪ Calcio</li> </ul> <p><b>CONOSCERE IL CORPO UMANO:</b> il sistema linfatico</p> <p><b>SALUTE E BENESSERE</b> <b>Una sana alimentazione:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Gli alimenti nutrienti, il fabbisogno: energetico, plastico, bioregolatore e idrico,</li> <li>▪ Il metabolismo energetico,</li> <li>▪ La composizione corporea,</li> <li>▪ Una dieta equilibrata,</li> <li>▪ Alimentazione ed Integrazione nello sport.</li> </ul> <p><b>ATTIVITÀ IN AMBIENTE NATURALE</b> Fare sport all'aria aperta:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ La marcia, la camminata sportiva ed il Trekking</li> </ul> <p>▪ Attività pratiche e sportive finalizzate allo sviluppo e al consolidamento delle capacità psico-motorie.</p>
<b>PENTA MESTRE</b>	<p>- Conoscere le principali metodologie di allenamento per il miglioramento delle capacità coordinative.</p> <p>- Conoscere i principali attrezzi utilizzati nelle attività sportive praticate.</p> <p>- Conoscere i principali atteggiamenti comunicativi del nostro corpo.</p> <p>- Conoscere i principali movimenti del corpo umano e saperli eseguire in funzione della conoscenza della terminologia acquisita.</p> <p>-Conoscere il proprio corpo, la sua funzionalità e i benefici derivanti dall'attività fisica.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>CAPACITÀ CONDIZIONALI E ALLENAMENTO</b></li> <li>▪ L'allenamento sportivo</li> <li>▪ Il sovrallenamento</li> <li>▪ I principi applicativi</li> </ul> <p><b>SPORT, REGOLE E FAIR PLAY</b> o <u>Sport individuali:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ l'Atletica leggera: i salti, i lanci, le corse.</li> <li>▪ Il tennis-tavolo.</li> <li>▪ La Ginnastica.</li> </ul> <p><b>CONOSCERE IL CORPO UMANO:</b> il sistema immunitario</p> <p><b>CAPACITÀ E ABILITÀ ESPRESSIVE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Il linguaggio del corpo</li> </ul>

- |  |  |  |
|--|--|--|
|  |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Attività pratiche e sportive finalizzate allo sviluppo e al consolidamento delle capacità psico-motorie.</li> </ul> |
|--|--|--|

**PERCORSO INTERDISCIPLINARE**

**TITOLO: SVILUPPO SOSTENIBILE:  
 AMBIENTE, TERRITORIO E PATRIMONIO CULTURALE  
 AGENDA 2030 PER LO SVILUPPO SOSTENIBILE, ADOTTATA DALL'ASSEMBLEA  
 GENERALE DELL'ONU - 25 SETTEMBRE 2015**

**Prerequisiti:** essere consapevoli dei valori che regolano lo sport.

<b>Obiettivi di Apprendimento</b>	<b>Contenuti disciplinari</b>	<b>Strategie Metodologiche</b>
<b>Conoscere i valori che ispirano gli ordinamenti comunitari e internazionali, nonché i loro compiti e funzioni essenziali: lo sport come strumento di inclusione</b>	lo sport come strumento di inclusione  <b>2 ore</b>	Lezioni frontali ed interattive. Discussioni guidate. Didattica attiva e laboratoriale. Cooperative learning. Flipped classroom. Problem solving.
<b>ATTIVITÀ:</b> Convegni-dibattiti. DID. Vision film e documentary. 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>Adottare i comportamenti più adeguati per la tutela della sicurezza propria, degli altri e dell'ambiente in cui si vive, in condizioni ordinarie o straordinarie di pericolo, curando l'acquisizione di elementi formativi di base in materia di primo intervento e protezione civile.</b>	primo intervento e protezione civile  <b>2 ore</b>	Lezioni frontali ed interattive. Discussioni guidate. Didattica attiva e laboratoriale. Cooperative learning. Flipped classroom. Problem solving.
<b>ATTIVITÀ:</b> Convegni-dibattiti. DID. Vision film e documentary. 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.		

**PERCORSO INTERDISCIPLINARE**

**TITOLO: ETICA ED ECONOMIA**

**Prerequisiti:**

- Conoscere lessico e fraseologia convenzionali per affrontare situazioni sociali e di lavoro.

**Obiettivi di apprendimento:**

- Essere consapevoli di vivere in un sistema di regole fondato sulla tutela e sul riconoscimento di diritti e doveri, che si è evoluto nel corso dei secoli.

<b>Contenuti</b>	<b>Strategie metodologiche</b>	<b>Verifiche e valutazione</b>	<b>Tempi</b>
Il doping	<ul style="list-style-type: none"><li>• Lezione Frontale</li><li>• Lezione Interattiva e partecipata</li><li>• Didattica Laboratoriale</li><li>• Ricerche in rete sulla tematica proposta</li></ul>	Interrogazione orale Verifica scritta Prove strutturate e/o semi-strutturate	Pentamestre

PERCORSO INTERDISCIPLINARE			
<b>TITOLO: QUESTIONE SOCIALE E SVILUPPO ECONOMICO</b>			
<b>Prerequisiti:</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Conoscere lessico e fraseologia convenzionali per affrontare situazioni sociali e di lavoro.</li> </ul>	
<b>Obiettivi di apprendimento:</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Saper operare collegamenti pluridisciplinari tra conoscenze storiche, letterarie e scientifiche, per cogliere i mutamenti sociali, economici e politici di un'epoca.</li> </ul>	
Contenuti	Strategie metodologiche	Verifiche e valutazione	Tempi
Agenda 2030 Lo Sport come strumento per affrontare le disuguaglianze sociali	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lezione Frontale</li> <li>Lezione Interattiva e partecipata</li> <li>Didattica Laboratoriale</li> <li>Ricerche in rete sulla tematica proposta</li> </ul>	Interrogazione orale Verifica scritta Prove strutturate e/o semi- strutturate	Pentamestre

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		
Flipperrd Clasroom				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)
PROVE PRATICHE	X	X	X
PROVE STRUTTURATE (riassunto, relazione)	X	X	X
PROVE MISTE (quesiti/risposte aperte)	X	X	X
PROVE ORALI	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
<b>TRIMESTRE PENTAMESTRE</b>	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
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. Le prove <b>pratiche</b> 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 allievi 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 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
<b>VALUTAZIONE TRI-PENTAMESTRE:</b> avrà carattere sommativo tra le singole valutazioni pratiche e teoriche a cui lo studente è stato sottoposto. <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. <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.

Indicatori di apprendimento	Livelli di prestazione	Valutaz.
	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



<b>Conoscenza dei contenuti</b>	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. Marco Vitale