

ITC Vincenzo Arangio Ruiz

a. s. 2026/27

PROGRAMMAZIONE DIDATTICA DI DIPARTIMENTO

DIPARTIMENTO	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
DISCIPLINE	S. M. E SPORTIVE
CLASSI	DALLA 1° ALLA 5° CLASSE DI TUTTI GLI INDIRIZZI DELL'ISTITUTO
ANNO SCOLASTICO	2026/2027
RESPONSABILE DEL DIPARTIMENTO	ANTONELLA MASSARO

1. Assi culturali e competenze

a. Asse culturale di riferimento

ASSE DEI LINGUAGGI	X
ASSE MATEMATICO	
ASSE TECNOLOGICO-SCIENTIFICO	
ASSE STORICO-SOCIALE	

Tabella delle competenze di asse

ASSE	COMPETENZE	COMPETENZE DI AREA (PECUP)
ASSE TECN OLOGICI CO- SCIEN TIFIC O	<u>MOTORIE</u> ABILITA' MOTORIE DI BASE: corsa,salto,lancio, ecc. COORDINAZIONE E EQUILIBRIO: coordinazione, equilibrio e consapevolezza corporea RESISTENZA E FORZA: resistenza cardiovascolare e forza muscolare	COMPETENZE MOTORIE: sviluppo capacità motorie coordinative e condizionali COMPETENZE COGNITIVE: elementi di comprensione dei principi di biomeccanica, analisi e valutazione delle prestazioni motorie, conoscenza delle regole e strategia tattica COMPETENZE SOCIALI: collaborazione rispetto delle regole propensione nei confronti del movimento
	<u>SCIENTIFICHE</u> PRINCIPI SCIENTIFICI DEL MOVIMENTO: leggi che regolano il movimento (es. forza, massa, accelerazione) SALUTE E BENESSERE: conoscenze fisiologiche e alimentari ANALISI BIOMECCANICA: valutare il movimento da un punto di vista biomeccanico	COMPETENZE EMOTIVE: gestione delle emozioni (competizione, sconfitta, vittoria) miglioramento dell'autostima COMPETENZE DI SALUTE E BENESSERE: consapevolezza degli elementi che condizionano il proprio stile di vita (alimentazione e movimento) COMPETENZE TECNOLOGICHE: utilizzo di strumenti e tecnologie in ambito sportivo

TECNOLOGICHE

USO DELLE TECNOLOGIE PER MONITORARE LE PRESTAZIONI:

uso di cronometri,
cardiofrequenzimetri, ecc.

VIDEO-ANALISI DEL MOVIMENTO:

uso di software o altro per
analizzare e migliorare le tecniche
motorie

PROGETTI SPORTIVI:

progettare attività includendo l'uso
di tecnologie nella gestione di
allenamenti o competizioni

b.

Competenze trasversali di educazione civica

(indicare come la disciplina contribuirà all'acquisizione delle competenze trasversali)

NUCLEI TEMATICI	CONTRIBUTI DELLA DISCIPLINA
1. Cittadinanza attiva e consapevole:	• Responsabilità e rispetto delle regole: Le attività sportive promuovono il rispetto delle regole e delle decisioni dell'arbitro o dell'insegnante, oltre che il rispetto degli altri compagni e avversari. • Partecipazione attiva e cooperazione: Attraverso il gioco di squadra e la collaborazione, gli studenti imparano a lavorare in gruppo, contribuendo al successo comune e rispettando i ruoli.
2. Benessere e salute:	• Stili di vita sani e attivi: Attività di movimento combinate con lezioni teoriche sull'importanza di una dieta equilibrata, promuovono stili di vita sani e consapevoli, sensibilizzando gli studenti sull'importanza del movimento e della cura del proprio corpo. • Prevenzione delle dipendenze: La pratica di attività sportive è un veicolo efficace per contrastare comportamenti a rischio come il consumo di droghe e alcol.
3. Inclusione e pari opportunità:	• Integrazione e inclusività: Gli sport offrono occasioni di confronto e integrazione tra studenti con diverse abilità fisiche e culturali (progetti di "sport inclusivo"), favorendo l'accettazione delle diversità. • Pari opportunità di partecipazione: Il contesto sportivo è un'opportunità per promuovere l'uguaglianza di genere e dare a tutti i partecipanti l'opportunità di esprimersi senza discriminazioni.
4. Competenze sociali e relazionali:	• Empatia e solidarietà: La collaborazione e il gioco di squadra stimolano lo sviluppo dell'empatia e della solidarietà verso i compagni, insegnando ad aiutarsi e sostenersi a vicenda. • Gestione dei conflitti: Le attività sportive (soprattutto i giochi di squadra), possono essere un contesto per imparare a gestire conflitti e tensioni, cercando soluzioni pacifiche e dialogiche.

5. Valori etici e morali:	• Fair play: L'educazione motoria promuove il concetto di fair play, ossia il rispetto delle regole e dell'avversario, l'importanza di una competizione leale e la capacità di accettare la sconfitta con spirito sportivo. • Rispetto dell'ambiente: Alcune attività motorie, come gli sport all'aperto, possono essere l'occasione per sensibilizzare gli studenti sull'importanza di tutelare l'ambiente e praticare uno sport ecocompatibile.
----------------------------------	--

2. OBIETTIVI SPECIFICI (in termini di competenze, abilità e conoscenze)

DISCIPLINA

PRIMO BIENNIO

COMPETENZE	ABILITA'/CAPACITA'	CONOSCENZE
- Prendere consapevolezza del proprio corpo tramite il movimento - Migliorare la coordinazione - Migliorare la collaborazione e il fair-play - Conoscere il significato di “sano e attivo stile di vita” - Autovalutazione	- Migliorare le capacità motorie di base coordinative e condizionali - Apprendere le tecniche base degli sport più praticati - Sapersi muovere opportunamente nello spazio - Saper gestire le proprie forze - Sapersi rapportare in un contesto sociale (come avviene nel gioco)	- Conoscenza delle principali funzioni del corpo umano - Gli elementi base di prevenzione degli infortuni sportivi - Educare alla sicurezza sportiva e indirettamente insegnare ad adottare comportamenti sicuri - Conoscere le regole e la tecnica di gioco degli sport più praticati - Conoscere i benefici psico-fisici dell'attività sportiva - Acquisizione di competenze sul “corretto stile di vita”, come argomento condiviso con Ed. civica nell'ambito di Salute e Benessere.

SECONDO BIENNIO

COMPETENZE	ABILITA'/CAPACITA'	CONOSCENZE
- Saper gestire il corpo in situazioni motorie diverse - Saper collaborare e interagire con i compagni - Saper adottare comportamenti sicuri	- Sviluppo delle capacità coordinative - Incrementare le capacità condizionali - Migliorare la capacità di adattamento motorio alle situazioni	- Conoscenza dei fondamenti anatomici e fisiologici del movimento - Conoscere i principi del condizionamento fisico - Conoscere norme di sicurezza e

- Promuovere uno stile di vita sano e attivo	- Apprendere le strategie di gioco	prevenzione - Acquisire una Cultura Sportiva (fair play, lealtà, ecc.) - come argomento condiviso con Ed. civica, nell'ambito educazione comportamentale e affettiva, acquisizione di competenze su "Sostanze vietate" e "Primo soccorso e disostruzione"
--	------------------------------------	---

MONOENNIO

COMPETENZE	ABILITA'/CAPACITA'	CONOSCENZE
- Saper gestire il proprio corpo nello spazio - Controllare e rimodulare il proprio equilibrio sia statico che dinamico - Acquisire coordinazione oculo-manuale e spazio-temporale - Partecipare alle attività di gruppo rispettando regole e compagni e collaborando - Acquisire consapevolezza delle regole di sicurezza	- Consolidamento delle abilità motorie di base - Consolidamento dell'Equilibrio - Consolidamento della coordinazione con attrezzi - Saper eseguire in autonomia e sicurezza le attività motorie - Rispettare le regole - Essere collaborativi	- Consapevolezza del proprio corpo (postura) - Assimilazione del concetto spazio-temporale (direzione e distanza) - Conoscenza e consapevolezza delle regole durante l'attività motoria - Norme di sicurezza: prevenzione e intervento di primo soccorso - come argomento condiviso con Ed. civica: "Educazione stradale", per l'acquisizione di competenze base di educazione comportamentale

STRATEGIE DIDATTICHE

c. Metodologie didattiche

Ogni docente sceglierà tra le metodologie di seguito proposte

Lezione frontale	X
Lezione dialogata	X
Attività laboratoriale	X
Esercitazioni individuali	X
Esercitazioni di gruppo	X
Ricerca individuale	
Lavoro di gruppo	
Esercizi	
Soluzione di problemi	X
Discussione di casi	
Esercitazioni pratiche	X
Realizzazione di progetti	X
ALTRO:	

d. Strumenti didattici

Ogni docente sceglierà tra gli strumenti di seguito proposti

Libro/i di testo	X
Altri testi	X
Dispense	X
Laboratorio	
Biblioteca	
Palestra	X
LIM	X
Strumenti informatici	X
Autoregistratore	
Videoproiettore	X
DVD	X
CD audio	
ALTRO: piccoli e grandi attrezzi sportivi	X

2. CRITERI E STRUMENTI DI VALUTAZIONE

a. Tipologia e numero minimo delle prove di verifica

TIPOLOGIE DI PROVE DI VERIFICA	NUMERO MINIMO PROVE DI VERIFICA
Prove scritte	1 per quadrimestre
Prove orali e/o semistrutturate	
Relazioni di laboratorio.....	
Prove pratiche	2/3 per quadrimestre

b. Griglie di valutazione

Vedasi griglia di valutazione del PTOF

c. Criteri della valutazione finale

• Livello individuale di acquisizione delle conoscenze	X
• Livello individuale di acquisizione delle abilità	X
• Livello individuale di acquisizione delle competenze	X
• Progressi compiuti rispetto al livello di partenza	X

• Impegno	X
• Interesse	X
• Partecipazione	X
ALTRO:	
° Rispetto delle regole	X
° Competenze chiave di Cittadinanza	X

3. RECUPERO E VALORIZZAZIONE DELLE ECCELLENZE

d. Modalità di recupero curricolare

Ripresa delle conoscenze essenziali	X
Riproposizione delle conoscenze in forma semplificata	X
Percorsi graduati per il recupero di abilità	X
Esercitazioni per migliorare il metodo di studio	
Esercitazioni aggiuntive in classe	
Esercitazioni aggiuntive a casa	
Attività in classe/palestra per gruppi di livello	X
Peer Education (educazione tra pari)	X
ALTRO:	

e. Modalità del recupero extra-curricolare

Ripresa delle conoscenze essenziali	X
Riproposizione delle conoscenze in forma semplificata	X
Percorsi graduati per il recupero di abilità	
Esercitazioni per migliorare il metodo di studio	
Sportello didattico individuale o per piccoli gruppi (se deliberato dagli organi competenti)	
Corso di recupero (se deliberato dagli organi competenti)	
ALTRO: - Esercitazione pratica autonoma	X

f. Modalità di valorizzazione delle eccellenze

Corsi di preparazione e partecipazione a gare, e concorsi	X
Corsi di approfondimento	X
Esercitazioni aggiuntive in classe	
Esercitazioni aggiuntive a casa	
Attività in classe per gruppi di livello	
ALTRO: Premiazioni in ambito sportivo	X

ANTONELLA MASSARO

Antonella Massaro