



DISTRETTO SCOLASTICO N. 29

**IISS-IPSI A - ITI "Ezio Aletti" Trebisacce (CS)**  
**IPSCT-INFORMATICA E**  
**TELECOMUNICAZIONI Oriolo (CS)**

TREBISACCE - TECNICO: CHIMICA MATERIALI E BIOTECNOLOGIE AMBIENTALI - MECCANICA E MECCATRONICA ED ENERGIA ( SERALE) - PROFESSIONALE: SANITA' E ASSISTENZA SOCIALE - SERVIZI ENOGASTRONOMIA (ANCHE SERALE) MANUTENZIONE E ASSISTENZA TECNICA  
ORIOLO - PROFESSIONALE: SERVIZI COMMERCIALI. TECNICO: INFORMATICA E TELECOMUNICAZIONI

**ITS - "G. Filangieri" Trebisacce (CS)**

TREBISACCE - TECNICO: AMMINISTRAZIONE FINANZA E MARKETING - GRAFICA E COMUNICAZIONE - COSTRUZIONE AMBIENTE E TERRITORIO (ANCHE SERALE) - TURISMO - SISTEMI INFORMATIVI AZIENDALE - AGRARIA, AGROALIMENTARE E AGROINDUSTRIA

**Formez** PA



CAF

**For Miur**



ISTITUTO ISTRUZIONE SUPERIORE IPSIA - ITI - "EZIO ALETTI"-TREBISACCE  
Prot. 0010443 del 08/10/2024  
IV (Entrata)

# **PROGRAMMAZIONE della DISCIPLINA** **SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

della **CLASSE 3 CORSO I**  
**ENOGASTRONOMIA E OSPITALITÀ ALBERGHIERA**

**ANNO SCOLASTICO 2024/25**

*il Docente*

Prof. Giuseppe Sancineto

## 1. SITUAZIONE INIZIALE DELLA CLASSE

### 1.1 Esito delle prove parallele di ingresso per competenze – Asse scientifico tecnologico

LIVELLI DI COMPETENZA							
AREA CRITICA		BASE		INTERMEDIO		AVANZATO	
TOT	%	TOT	%	TOT	%	TOT	%
0	0	0	0	0	0	0	0

### 1.2 Esiti di prove e valutazioni relative alla sola disciplina

### 1.3 Eventuali attività per il recupero dei prerequisiti relativi alla disciplina

## 2. RACCORDO CON LE UDA PROPOSTE DAL CONSIGLIO DI CLASSE

Unità di Apprendimento Come da Programmazione del CdC	Contributo della Disciplina alla Unità di Apprendimento	Altre Discipline che partecipano alla UdA
<i>Disuguaglianze</i>	Oltre il campo: lo sport come strumento per l'uguaglianza	Scienze integrate Geografia Tecnologia
<i>Il benessere: dinamiche socio-culturali</i>	Il benessere attraverso il movimento: un ponte tra scienze motorie e educazione civica	Scienze integrate Geografia Tecnologia

## 3. UNITÀ FORMATIVE SPECIFICHE DELLA DISCIPLINA

Denominazione dell'Unità Formativa Disciplinare
<b>UNITA' FORMATIVA 1:</b> <b>LA PERCEZIONE DI SÉ ED IL COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITÀ MOTORIE ED ESPRESSIVE</b>
<b>COMPETENZE DI RIFERIMENTO (Per i professionali: ALLEGATO 1 E 2 DEL D. LGL. 61/2017; Per i tecnici: Linee guida istituti tecnici - D.P.R. 15 marzo 2010, articolo 8, comma 3 )</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Maggior padronanza di sé e ampliamento delle capacità coordinative, condizionali ed espressive per realizzare movimenti complessi.</li><li>• Conoscere ed applicare alcune metodiche di allenamento tali da poter affrontare attività motorie e sportive di alto livello, supportate anche da approfondimenti culturali e tecnico-tattici.</li><li>• Essere in grado di utilizzare le proprie capacità motorie per elaborare risposte motorie adeguate in situazioni complesse, in sicurezza anche in presenza di carichi, nei diversi ambienti anche naturali.</li><li>• Valutare le proprie capacità e prestazioni confrontandole con le appropriate tabelle di riferimento.</li><li>• Svolgere attività di diversa durata e intensità, distinguendo le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica motoria e sportiva.</li><li>• Sperimentare varie tecniche espressive comunicative in lavori individuali e di gruppo, che potranno suscitare un'autoriflessione ed un'analisi dell'esperienza vissuta.</li></ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>Essere in grado di utilizzare le proprie capacità motorie per elaborare risposte motorie adeguate in situazioni complesse, in sicurezza anche in presenza di carichi, nei diversi ambienti anche naturali.</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>ABILITÀ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Essere in grado di svolgere attività di "durata e intensità" distinguendo le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica motoria.</li> <li>Saper assumere posture corrette anche in presenza di carichi.</li> <li>Saper auto valutare le proprie capacità motorie.</li> <li>Saper confrontare i risultati ottenuti con le tabelle di riferimento.</li> <li>Essere in grado di migliorare le proprie capacità coordinative e condizionali e di realizzare schemi motori complessi.</li> <li>Percepire e riprodurre ritmi anche variandoli.</li> <li>Essere in grado di rapportarsi con l'ambiente naturale praticando attività motorie individuali e in gruppo.</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>CONOSCENZE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Le principali funzioni fisiologiche, in relazione alle attività fisiche.</li> <li>Le proprie capacità motorie (coordinative, condizionali),</li> <li>Alcuni principi di teoria e metodologia dell'allenamento,</li> <li>Il ritmo nelle azioni motorie e sportive complesse,</li> <li>Le diverse tecniche e pratiche motorie e sportive in ambiente naturale e le possibilità offerte dal territorio per la pratica sportiva</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>NUCLEI FONDANTI</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Movimento e corpo</li> <li>I linguaggi del corpo e la comunicazione non verbale</li> <li>Gioco e sport</li> <li>Salute e benessere</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE</b></p> <p>Ogni studente, quale che sia la sua condizione, anche diversamente abile, deve poter trarre giovamento dal servizio educativo e partecipare alla vita del gruppo tramite occasioni di inserimento il più attive possibile. Le esercitazioni connesse saranno combinate logicamente nel modo più opportuno, in modo che la successione degli sforzi e dei carichi risponda a rigorose leggi fisiologiche rendendo come protagonista lo studente con le sue esigenze psicofisiche comprendendo anche attività particolarmente gradite agli studenti, esercizi sportivi, giochi di gruppo, ecc., tutte finalizzate al raggiungimento degli obiettivi di apprendimento dichiarati.</p> <p>Creazione di spunti di riflessione che mettano in risalto possibili collegamenti con le altre discipline in modo da favorire nello studente l'interiorizzazione di una cultura interdisciplinare.</p>
<p style="text-align: center;"><b>ATTIVITA' DI DIDATTICA LABORATORIALE</b></p> <p>La personalizzazione dell'insegnamento, e quindi la determinazione quantitativa e qualitativa delle attività, supera l'ostacolo dato dalle caratterizzazioni morfo-funzionali di genere, poiché ogni studente avrà la possibilità di lavorare su se stesso, individualmente e con la collaborazione dei compagni, nel rispetto dei suoi tempi e delle sue difficoltà e potenzialità.</p> <p>Particolare attenzione dovrà essere dedicata alla gestione degli studenti che praticano attività sportive con continuità e a livello agonistico, valorizzando le loro esperienze e competenze a favore del gruppo classe, attribuendo loro ruoli di supporto alle attività dei singoli e dei gruppi, anche con compiti di tutoring, oltre che di responsabilità organizzativa e di arbitraggio. Il coinvolgimento degli studenti esonerati andrà attuato con modalità di partecipazione utili sul piano dell'acquisizione delle conoscenze e sotto il profilo della socializzazione e coinvolgendoli in compiti di organizzazione e/o collaborazione durante le attività. Un approccio per competenze dovrebbe privilegiare un lavoro dove per competenza si intende la capacità di far fronte ad un compito, o ad un insieme di compiti, riuscendo a mettere in moto e a orchestrare le proprie risorse interne, cognitive, affettive e volitive, e a utilizzare quelle esterne disponibili in modo coerente e fecondo.</p>

<p style="text-align: center;"><b>AMBIENTI DI APPRENDIMENTO</b></p> <p>La palestra, laboratorio del fare per eccellenza, deve promuovere competenze motorie dove il fare, il capire, il discutere, il problem solving, il conoscere, mobilitano nello studente quei processi che lo portano a fare propria e spendibile la competenza del “fare movimento” con il piacere di fare movimento, ma non solo per fare movimento fine a se stesso, ma per realizzare un progetto di vita attiva.</p> <p>Aula Didattica per lezioni teoriche e discussioni.</p> <p>Piattaforma E-learning per condividere materiali didattici, video lezioni, approfondimenti, quiz e test online.</p> <p>È importante avere una combinazione di ambienti interni ed esterni per diversificare le attività e adattarsi alle condizioni meteorologiche. Gli spazi devono permettere una facile transizione tra lezioni teoriche e attività pratiche. L'integrazione di strumenti tecnologici può arricchire significativamente l'esperienza di apprendimento.</p>
<p style="text-align: center;"><b>STRUMENTI, SUSSIDI E MATERIALI</b></p> <p>Libri di testo specifici</p> <p>Atlanti di anatomia</p> <p>Schede didattiche su vari argomenti (es. regole degli sport, tecniche di allenamento)</p> <p>Modelli anatomici tridimensionali (scheletro, muscoli, articolazioni)</p> <p>Poster e grafici (es. piramide alimentare, sistemi energetici)</p> <p>Proiettore o LIM per presentazioni multimediali</p> <p>Computer, tablet e smartphone per ricerche e progetti.</p> <p>Software specifici per analisi del movimento, poster educativi, tracking delle attività fisiche, analisi delle prestazioni sportive e simulazioni di anatomia e fisiologia.</p>
<p style="text-align: center;"><b>VALUTAZIONE</b></p> <p>Partendo dall’osservazione e dall’analisi dello studente per stabilire il reale livello psico-motorio, sarà perciò necessario proporre situazioni educative personalizzate e seguire, in sede di valutazione, il grado di sviluppo del soggetto correlati dai dati ambientali, relazionali, psico-somatici che costituiscono i tratti essenziali del livello di partenza.</p>
<p style="text-align: center;"><b>TEMPI</b></p> <p>Ottobre - dicembre</p>

<b>Denominazione dell’Unità Formativa Disciplinare</b>
<p><b>UNITA’ FORMATIVA 2:</b></p> <p style="text-align: center;"><b>I LINGUAGGI DEL CORPO E LA COMUNICAZIONE NON VERBALE</b></p> <p><b>COMPETENZE DI RIFERIMENTO (Per i professionali: ALLEGATO 1 E 2 DEL D. LGL. 61/2017; Per i tecnici: Linee guida istituti tecnici - D.P.R. 15 marzo 2010, articolo 8, comma 3 )</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Maggior padronanza di sé e ampliamento delle capacità coordinative, condizionali ed espressive per realizzare movimenti complessi.</li> <li>• Sperimentare varie tecniche espressive comunicative in lavori individuali e di gruppo, che potranno suscitare un’autoriflessione ed un’analisi dell’esperienza vissuta.</li> <li>• Essere in grado di utilizzare le abilità espressive e mimiche maturate per comunicare stati d’animo ed emozioni.</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>ABILITÀ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper distinguere tra l’unitarietà del linguaggio convenzionale (es. l’arbitraggio ...) e quello espressivo (mimico, gestuale, grafico ...).</li> <li>• Saper interpretare atteggiamenti, posture, mimica e saper corrispondere ai messaggi non verbali.</li> </ul>

- Saper riconoscere e apprezzare vari generi musicali e danze, individuando i messaggi che trasmettono (sensazioni, emozioni, stati d'animo,...).
- Sapersi muovere sulla base di un ritmo musicale e non, utilizzando una gestualità spontanea e armonica.

### **CONOSCENZE**

- Le diversità tra linguaggio convenzionale (segni, posture, movimenti, azioni) e linguaggio espressivo e mimico.
- Gli atteggiamenti e i movimenti, mimici e posturali, significativi di stati d'animo ed emozioni (ironia, malinconia, gioia, rabbia ...).
- I diversi generi musicali e di danza e le loro "tendenze".
- Le modalità espressive della danza, dal classico al contemporaneo.

### **NUCLEI FONDANTI**

- Movimento e corpo
- I linguaggi del corpo e la comunicazione non verbale
- Gioco e sport
- Salute e benessere

### **METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE**

Ogni studente, quale che sia la sua condizione, anche diversamente abile, deve poter trarre giovamento dal servizio educativo e partecipare alla vita del gruppo tramite occasioni di inserimento il più attive possibile. Le esercitazioni connesse saranno combinate logicamente nel modo più opportuno, in modo che la successione degli sforzi e dei carichi risponda a rigorose leggi fisiologiche rendendo come protagonista lo studente con le sue esigenze psicofisiche comprendendo anche attività particolarmente gradite agli studenti, esercizi sportivi, giochi di gruppo, ecc..., tutte finalizzate al raggiungimento degli obiettivi di apprendimento dichiarati.

Creazione di spunti di riflessione che mettano in risalto possibili collegamenti con le altre discipline in modo da favorire nello studente l'interiorizzazione di una cultura interdisciplinare.

### **ATTIVITA' DI DIDATTICA LABORATORIALE**

La personalizzazione dell'insegnamento, e quindi la determinazione quantitativa e qualitativa delle attività, supera l'ostacolo dato dalle caratterizzazioni morfo-funzionali di genere, poiché ogni studente avrà la possibilità di lavorare su se stesso, individualmente e con la collaborazione dei compagni, nel rispetto dei suoi tempi e delle sue difficoltà e potenzialità.

Particolare attenzione dovrà essere dedicata alla gestione degli studenti che praticano attività sportive con continuità e a livello agonistico, valorizzando le loro esperienze e competenze a favore del gruppo classe, attribuendo loro ruoli di supporto alle attività dei singoli e dei gruppi, anche con compiti di tutoring, oltre che di responsabilità organizzativa e di arbitraggio. Il coinvolgimento degli studenti esonerati andrà attuato con modalità di partecipazione utili sul piano dell'acquisizione delle conoscenze e sotto il profilo della socializzazione e coinvolgendoli in compiti di organizzazione e/o collaborazione durante le attività. Un approccio per competenze dovrebbe privilegiare un lavoro dove per competenza si intende la capacità di far fronte ad un compito, o ad un insieme di compiti, riuscendo a mettere in moto e a orchestrare le proprie risorse interne, cognitive, affettive e volitive, e a utilizzare quelle esterne disponibili in modo coerente e fecondo.

### **AMBIENTI DI APPRENDIMENTO**

La palestra, laboratorio del fare per eccellenza, deve promuovere competenze motorie dove il fare, il capire, il discutere, il problem solving, il conoscere, mobilitano nello studente quei processi che lo portano a fare propria e spendibile la competenza del "fare movimento" con il piacere di fare movimento, ma non solo per fare movimento fine a se stesso, ma per realizzare un progetto di vita attiva.

Aula Didattica per lezioni teoriche e discussioni.

Piattaforma E-learning per condividere materiali didattici, video lezioni, approfondimenti, quiz e test online.

È importante avere una combinazione di ambienti interni ed esterni per diversificare le attività e

adattarsi alle condizioni meteorologiche. Gli spazi devono permettere una facile transizione tra lezioni teoriche e attività pratiche. L'integrazione di strumenti tecnologici può arricchire significativamente l'esperienza di apprendimento.

### **STRUMENTI, SUSSIDI E MATERIALI**

Libri di testo specifici

Atlanti di anatomia

Schede didattiche su vari argomenti (es. regole degli sport, tecniche di allenamento)

Modelli anatomici tridimensionali (scheletro, muscoli, articolazioni)

Poster e grafici (es. piramide alimentare, sistemi energetici)

Proiettore o LIM per presentazioni multimediali

Computer, tablet e smartphone per ricerche e progetti.

Software specifici per analisi del movimento, poster educativi, tracking delle attività fisiche, analisi delle prestazioni sportive e simulazioni di anatomia e fisiologia.

### **VALUTAZIONE**

Partendo dall'osservazione e dall'analisi dello studente per stabilire il reale livello psico-motorio, sarà perciò necessario proporre situazioni educative personalizzate e seguire, in sede di valutazione, il grado di sviluppo del soggetto correlati dai dati ambientali, relazionali, psico-somatici che costituiscono i tratti essenziali del livello di partenza.

### **TEMPI**

Novembre - dicembre

## **Denominazione dell'Unità Formativa Disciplinare**

### **UNITA' FORMATIVA 3:**

### **GIOCO E SPORT**

**COMPETENZE DI RIFERIMENTO (Per i professionali: ALLEGATO 1 E 2 DEL D. LGL. 61/2017; Per i tecnici: Linee guida istituti tecnici - D.P.R. 15 marzo 2010, articolo 8, comma 3 )**

- Maggiore padronanza di sé e ampliamento delle capacità coordinative, condizionali ed espressive per realizzare movimenti complessi.
- Conoscere ed applicare alcune metodiche di allenamento tali da poter affrontare attività motorie e sportive di alto livello, supportate anche da approfondimenti culturali e tecnico-tattici.
- Essere in grado di utilizzare le proprie capacità motorie per elaborare risposte motorie adeguate in situazioni complesse, in sicurezza anche in presenza di carichi, nei diversi ambienti anche naturali.
- Valutare le proprie capacità e prestazioni confrontandole con le appropriate tabelle di riferimento.
- Svolgere attività di diversa durata e intensità, distinguendo le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica motoria e sportiva.
- Cooperare in équipe, utilizzando e valorizzando le propensioni individuali e l'attitudine a ruoli definiti;
- Osservare ed interpretare i fenomeni legati al mondo sportivo ed all'attività fisica;
- Praticare gli sport approfondendone la teoria, la tecnica e la tattica.
- Praticare attività sportive, individuali e di squadra, applicando tecniche specifiche e strategie apportando contributi personali.

### **ABILITÀ**

- Applicare strategie tecnico-tattiche nei giochi sportivi e nelle attività individuali.
- Saper cooperare nel gruppo utilizzando e valorizzando le diverse attitudini nei diversi ruoli.
- Saper praticare uno o più sport approfondendone la teoria, la tecnica, la tattica e le metodiche di allenamento.

- Saper collaborare con i compagni nelle scelte tattiche, saper adottare e proporre strategie motorie complesse.

### **CONOSCENZE**

- Tecniche e tattiche delle attività sportive.
- Regole di gioco e di comportamento.
- Conoscenza dell'ambiente dove si svolgono le attività sportive, delle attrezzature e degli strumenti.
- I diversi ruoli, la terminologia appropriata, la gestualità arbitrale delle attività praticate.

### **NUCLEI FONDANTI**

- Movimento e corpo
- I linguaggi del corpo e la comunicazione non verbale
- Gioco e sport
- Salute e benessere

### **METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE**

Ogni studente, quale che sia la sua condizione, anche diversamente abile, deve poter trarre giovamento dal servizio educativo e partecipare alla vita del gruppo tramite occasioni di inserimento il più attive possibile. Le esercitazioni connesse saranno combinate logicamente nel modo più opportuno, in modo che la successione degli sforzi e dei carichi risponda a rigorose leggi fisiologiche rendendo come protagonista lo studente con le sue esigenze psicofisiche comprendendo anche attività particolarmente gradite agli studenti, esercizi sportivi, giochi di gruppo, ecc..., tutte finalizzate al raggiungimento degli obiettivi di apprendimento dichiarati.

Creazione di spunti di riflessione che mettano in risalto possibili collegamenti con le altre discipline in modo da favorire nello studente l'interiorizzazione di una cultura interdisciplinare.

### **ATTIVITA' DI DIDATTICA LABORATORIALE**

La personalizzazione dell'insegnamento, e quindi la determinazione quantitativa e qualitativa delle attività, supera l'ostacolo dato dalle caratterizzazioni morfo-funzionali di genere, poiché ogni studente avrà la possibilità di lavorare su se stesso, individualmente e con la collaborazione dei compagni, nel rispetto dei suoi tempi e delle sue difficoltà e potenzialità.

Particolare attenzione dovrà essere dedicata alla gestione degli studenti che praticano attività sportive con continuità e a livello agonistico, valorizzando le loro esperienze e competenze a favore del gruppo classe, attribuendo loro ruoli di supporto alle attività dei singoli e dei gruppi, anche con compiti di tutoring, oltre che di responsabilità organizzativa e di arbitraggio. Il coinvolgimento degli studenti esonerati andrà attuato con modalità di partecipazione utili sul piano dell'acquisizione delle conoscenze e sotto il profilo della socializzazione e coinvolgendoli in compiti di organizzazione e/o collaborazione durante le attività. Un approccio per competenze dovrebbe privilegiare un lavoro dove per competenza si intende la capacità di far fronte ad un compito, o ad un insieme di compiti, riuscendo a mettere in moto e a orchestrare le proprie risorse interne, cognitive, affettive e volitive, e a utilizzare quelle esterne disponibili in modo coerente e fecondo.

### **AMBIENTI DI APPRENDIMENTO**

La palestra, laboratorio del fare per eccellenza, deve promuovere competenze motorie dove il fare, il capire, il discutere, il problem solving, il conoscere, mobilitano nello studente quei processi che lo portano a fare propria e spendibile la competenza del "fare movimento" con il piacere di fare movimento, ma non solo per fare movimento fine a se stesso, ma per realizzare un progetto di vita attiva.

Aula Didattica per lezioni teoriche e discussioni.

Piattaforma E-learning per condividere materiali didattici, video lezioni, approfondimenti, quiz e test online.

È importante avere una combinazione di ambienti interni ed esterni per diversificare le attività e adattarsi alle condizioni meteorologiche. Gli spazi devono permettere una facile transizione tra lezioni teoriche e attività pratiche. L'integrazione di strumenti tecnologici può arricchire significativamente l'esperienza di apprendimento.

## STRUMENTI, SUSSIDI E MATERIALI

Libri di testo specifici

Atlanti di anatomia

Schede didattiche su vari argomenti (es. regole degli sport, tecniche di allenamento)

Modelli anatomici tridimensionali (scheletro, muscoli, articolazioni)

Poster e grafici (es. piramide alimentare, sistemi energetici)

Proiettore o LIM per presentazioni multimediali

Computer, tablet e smartphone per ricerche e progetti.

Software specifici per analisi del movimento, poster educativi, tracking delle attività fisiche, analisi delle prestazioni sportive e simulazioni di anatomia e fisiologia.

## VALUTAZIONE

Partendo dall'osservazione e dall'analisi dello studente per stabilire il reale livello psico-motorio, sarà perciò necessario proporre situazioni educative personalizzate e seguire, in sede di valutazione, il grado di sviluppo del soggetto correlati dai dati ambientali, relazionali, psico-somatici che costituiscono i tratti essenziali del livello di partenza.

## TEMPI

Ottobre - maggio

## Denominazione dell'Unità Formativa Disciplinare

### UNITA' FORMATIVA 4:

#### **SALUTE E BENESSERE**

**COMPETENZE DI RIFERIMENTO (Per i professionali: ALLEGATO 1 E 2 DEL D. LGL. 61/2017; Per i tecnici: Linee guida istituti tecnici - D.P.R. 15 marzo 2010, articolo 8, comma 3 )**

- Prendere coscienza della propria corporeità al fine di perseguire quotidianamente il proprio benessere individuale.
- Adottare comportamenti idonei a prevenire infortuni nelle diverse attività, nel rispetto della propria e dell'altrui incolumità;
- Conoscere le informazioni relative all'intervento di primo soccorso.
- Affrontare l'attività motoria e sportiva utilizzando attrezzi, materiali ed eventuali strumenti tecnologici e/o informatici.
- Saper assumere in modo attivo e responsabile corretti stili di vita con particolare attenzione alla prevenzione degli infortuni e alle norme basilari di primo soccorso.

#### **ABILITÀ**

- Essere in grado di seguire un'alimentazione equilibrata adatta alla propria crescita e allo svolgimento dell'attività fisico-sportiva.
- Essere in grado di riconoscere l'importanza di assumere corrette abitudini posturali.
- Saper applicare le norme elementari di primo soccorso.
- Saper utilizzare il lessico disciplinare per comunicare in maniera efficace.

#### **CONOSCENZE**

- I principi nutritivi dell'alimentazione, il rapporto tra consumo energetico delle diverse tipologie di sport e l'apporto calorico degli alimenti.
- Gli effetti derivanti dalla pratica motoria.
- Alcune tecniche di rilassamento e la prevenzione degli scompensi posturali.
- Le regole fondamentali del primo soccorso e della sicurezza in ambito sportivo.

#### **NUCLEI FONDANTI**

- Movimento e corpo



- I linguaggi del corpo e la comunicazione non verbale
- Gioco e sport
- Salute e benessere

### **METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE**

Ogni studente, quale che sia la sua condizione, anche diversamente abile, deve poter trarre giovamento dal servizio educativo e partecipare alla vita del gruppo tramite occasioni di inserimento il più attive possibile. Le esercitazioni connesse saranno combinate logicamente nel modo più opportuno, in modo che la successione degli sforzi e dei carichi risponda a rigorose leggi fisiologiche rendendo come protagonista lo studente con le sue esigenze psicofisiche comprendendo anche attività particolarmente gradite agli studenti, esercizi sportivi, giochi di gruppo, ecc., tutte finalizzate al raggiungimento degli obiettivi di apprendimento dichiarati.

Creazione di spunti di riflessione che mettano in risalto possibili collegamenti con le altre discipline in modo da favorire nello studente l'interiorizzazione di una cultura interdisciplinare.

### **ATTIVITA' DI DIDATTICA LABORATORIALE**

La personalizzazione dell'insegnamento, e quindi la determinazione quantitativa e qualitativa delle attività, supera l'ostacolo dato dalle caratterizzazioni morfo-funzionali di genere, poiché ogni studente avrà la possibilità di lavorare su se stesso, individualmente e con la collaborazione dei compagni, nel rispetto dei suoi tempi e delle sue difficoltà e potenzialità.

Particolare attenzione dovrà essere dedicata alla gestione degli studenti che praticano attività sportive con continuità e a livello agonistico, valorizzando le loro esperienze e competenze a favore del gruppo classe, attribuendo loro ruoli di supporto alle attività dei singoli e dei gruppi, anche con compiti di tutoring, oltre che di responsabilità organizzativa e di arbitraggio. Il coinvolgimento degli studenti esonerati andrà attuato con modalità di partecipazione utili sul piano dell'acquisizione delle conoscenze e sotto il profilo della socializzazione e coinvolgendoli in compiti di organizzazione e/o collaborazione durante le attività. Un approccio per competenze dovrebbe privilegiare un lavoro dove per competenza si intende la capacità di far fronte ad un compito, o ad un insieme di compiti, riuscendo a mettere in moto e a orchestrare le proprie risorse interne, cognitive, affettive e volitive, e a utilizzare quelle esterne disponibili in modo coerente e fecondo.

### **AMBIENTI DI APPRENDIMENTO**

La palestra, laboratorio del fare per eccellenza, deve promuovere competenze motorie dove il fare, il capire, il discutere, il problem solving, il conoscere, mobilitano nello studente quei processi che lo portano a fare propria e spendibile la competenza del "fare movimento" con il piacere di fare movimento, ma non solo per fare movimento fine a se stesso, ma per realizzare un progetto di vita attiva.

Aula Didattica per lezioni teoriche e discussioni.

Piattaforma E-learning per condividere materiali didattici, video lezioni, approfondimenti, quiz e test online.

È importante avere una combinazione di ambienti interni ed esterni per diversificare le attività e adattarsi alle condizioni meteorologiche. Gli spazi devono permettere una facile transizione tra lezioni teoriche e attività pratiche. L'integrazione di strumenti tecnologici può arricchire significativamente l'esperienza di apprendimento.

### **STRUMENTI, SUSSIDI E MATERIALI**

Libri di testo specifici

Atlanti di anatomia

Schede didattiche su vari argomenti (es. regole degli sport, tecniche di allenamento)

Modelli anatomici tridimensionali (scheletro, muscoli, articolazioni)

Poster e grafici (es. piramide alimentare, sistemi energetici)

Proiettore o LIM per presentazioni multimediali

Computer, tablet e smartphone per ricerche e progetti.

Software specifici per analisi del movimento, poster educativi, tracking delle attività fisiche, analisi delle prestazioni sportive e simulazioni di anatomia e fisiologia.

<b>VALUTAZIONE</b>	
Partendo dall'osservazione e dall'analisi dello studente per stabilire il reale livello psico-motorio, sarà perciò necessario proporre situazioni educative personalizzate e seguire, in sede di valutazione, il grado di sviluppo del soggetto correlati dai dati ambientali, relazionali, psico-somatici che costituiscono i tratti essenziali del livello di partenza.	
<b>TEMPI</b>	
Febbraio - marzo	

**Trebisacce, 03/10/2024**

**Il Docente**

Giuseppe Bueneb

Il docente utilizzerà metodologie che prevedono l'uso di dispositivi elettronici (PC, Tablet, Smartphone) da parte degli studenti

☒ SI ☐ NO

**Il Docente**

Giuseppe Bueneb