



DISTRETTO SCOLASTICO N. 29

**IIS-IPSI A - ITI "Ezio Aletti" Trebisacce (CS)**  
**IPSC-T-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. 0011465 del 19/10/2024  
IV (Entrata)

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

della CLASSE 4 A CORSO S.I.A.

**ANNO SCOLASTICO 2024/25**

*il Docente*

Prof. Ottavio Ripoli

## 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	%

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

Gli alunni sono stati impegnati in test motori d'ingresso i cui esiti hanno evidenziato una situazione eterogenea. Un gruppo di alunni ha dimostrato impegno e si è lasciato coinvolgere pienamente dalle attività proposte. Un piccolo gruppo ha richiesto maggior incoraggiamento e solo pochi alunni si sono dimostrati poco disponibili alla pratica delle attività proposte.

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

Recupero in itinere, recupero individuale e autonomo, partecipazione ai colloqui in classe – Approfondimento autonomo o di gruppo.

## 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>1° Quadrimestre</i> <i>La tutela dell'ambiente</i>	Implementare le qualità delle competenze sociali e civiche di ciascuno nell'ambito di percorsi di responsabilità partecipate	
<i>2° Quadrimestre</i> <i>Educazione sostenibile</i>	Far sviluppare il senso di appartenenza alla propria comunità.	

## 3. UNITÀ FORMATIVE SPECIFICHE DELLA DISCIPLINA

Corpo, sua espressività e capacità condizionali

La percezione sensoriale, movimento, spazio-tempo e capacità coordinative

Gioco, gioco-sport e sport

Sicurezza e salute

Sport e ambiente

Denominazione dell'Unità Formativa Disciplinare	
<b>UNITÀ FORMATIVA 1</b> <b>ACCRESCE LA PADRONANZA DI SE'</b>	
<b>COMPETENZE</b> Valutare le proprie prestazioni e svolgere attività di diversa durata ed intensità Il corpo umano con le sue capacità di esprimere forza, resistenza, velocità e mobilità articolare. Carico allenante – mezzi e tempi dell'allenamento. Sistema linfatico e immunitario.	
CONOSCENZE	ABILITÀ/CAPACITÀ
Conoscere il proprio corpo con approfondimenti relativi all'apparato muscolo-scheletrico, cardio-respiratoria e circolatoria relativi ai principi dell'allenamento	Sviluppo della forza Sviluppo della velocità Sviluppo della resistenza Sviluppo della flessibilità Adeguare i movimenti nello spazio Realizzare movimenti efficaci utilizzando piccoli attrezzi
METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE	Metodi specifici di Scienze motorie: globale, analitico, misto, di gruppo e individualizzato. In linea generale si cercherà di presentare gli argomenti facilitando la comprensione con dimostrazioni e guidando i tentativi e le correzioni con incoraggiamenti. Ogni attività sarà dosata nel tempo e nell'intensità in maniera idonea e alternandola all'esercizio finalizzato. Inoltre, si cercherà di coinvolgere e stimolare un numero sempre maggiore di allievi alla pratica sportiva, organizzando partite e tornei interni (anche al gruppo-classe) affidando agli allievi eventualmente esonerati o con problemi

	occasionali, compiti di giuria, organizzazione e arbitraggio.
<b>ATTIVITA' DI DIDATTICA LABORATORIALE</b>	Verranno proposte situazioni di apprendimento che favoriscono il miglioramento delle funzioni cardio-respiratorie, della mobilità articolare e tonicità muscolare, delle capacità coordinative generali e speciali. Avvio alla pratica sportiva.
<b>AMBIENTI DI APPRENDIMENTO</b>	Strutture sportive dell'istituto: palestra, campo da calcio a 5, aula.
<b>STRUMENTI, SUSSIDI E MATERIALI</b>	Verranno utilizzati libro di testo, cronometri, piccoli attrezzi (palloni di pallavolo, pallacanestro, calcio) e i grandi attrezzi presenti in palestra. Verranno utilizzati la LIM ed eventuali dispositivi digitali.
<b>VALUTAZIONE</b>	Si osserveranno sistematicamente gli allievi, il loro comportamento e i miglioramenti rispetto ai livelli di partenza. Le verifiche formative avverranno tramite lezioni dialogate, esercitazioni pratiche. Le verifiche sommative si effettueranno tramite interrogazioni orali, prove pratiche, test, prove strutturate. la valutazione, dunque, sarà rappresentata dalla media delle verifiche disciplinari teorico/pratiche riguardanti le conoscenze, le abilità e le competenze acquisite ma terrà, altresì conto, dell'impegno, del comportamento, del rispetto delle regole, della partecipazione e dell'interesse mostrati da ogni allievo durante le lezioni.
<b>TEMPI</b>	<b>OTTOBRE- APRILE</b>

<b>Denominazione dell'Unità Formativa Disciplinare</b>	
<p style="text-align: center;"><b>UNITA' FORMATIVA 2</b> <b>LO SPORT E LE REGOLE DEL FAIR PLAY</b></p>	
<p style="text-align: center;"><b>COMPETENZE</b></p> <p>Utilizzare il gioco per costruire relazioni con gli altri. Esercitare le capacità motorie, la fantasia, l'intelligenza per consolidare negli alunni la corretta pratica degli sport di squadra ed individuali</p>	
<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITÀ/CAPACITÀ</b>
<p>Migliorare la conoscenza delle principali regole e dei gesti tecnici dei seguenti sport di squadra: Pallavolo – Basket – Calcio a 5/11 – Badminton – Tennis.</p> <p>Conoscenza dei gesti arbitrali degli sport sopra elencati.</p> <p>Conoscenza delle regole principali e perfezionamento della pratica delle discipline dell'Atletica Leggera.</p>	<p>Miglioramento di abilità e destrezza, attraverso l'utilizzo di attività individuali, di gruppo e di squadra</p> <p>Perfezionamento della pratica dei principali sport individuali.</p> <p>Perfezionamento della pratica dei principali sport di squadra.</p>
<b>METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE</b>	<p>Metodi specifici di Scienze motorie: globale, analitico, misto, di gruppo e individualizzato .</p> <p>Lo studente, guidato dall'insegnante, praticherà gli sport individuali e di squadra applicando strategie efficaci per la risoluzione di un problema; si impegnerà negli sport individuali abituandosi al confronto e all'assunzione di responsabilità personali; collaborerà con i compagni all'interno del gruppo facendo emergere le proprie potenzialità.</p> <p>Inoltre, si cercherà di coinvolgere e stimolare un numero sempre maggiore di allievi alla pratica sportiva, organizzando partite e tornei interni (anche al gruppo-classe) affidando agli allievi eventualmente esonerati o con problemi occasionali, compiti di giuria, organizzazione e arbitraggio.</p>

<b>ATTIVITA' DI DIDATTICA LABORATORIALE</b>	Verranno proposte situazioni di apprendimento che favoriscono il miglioramento delle funzioni cardio-respiratorie, della mobilità articolare e tonicità muscolare, delle capacità coordinative generali e speciali. Avvio alla pratica sportiva.
<b>AMBIENTI DI APPRENDIMENTO</b>	Strutture sportive dell'istituto: palestra, campo da calcio a 5, aula.
<b>STRUMENTI, SUSSIDI E MATERIALI</b>	Verranno utilizzati libro di testo, cronometri, piccoli attrezzi (palloni di pallavolo, pallacanestro, calcio, e i grandi attrezzi presenti in palestra e/o o nelle strutture sportive comunali. Verranno utilizzati la LIM ed eventuali dispositivi digitali
<b>VALUTAZIONE</b>	Si osserveranno sistematicamente gli allievi, il loro comportamento e i miglioramenti rispetto ai livelli di partenza. Le verifiche formative avverranno tramite lezioni dialogate, esercitazioni pratiche, brevi questionari di apprendimento. Le verifiche sommative si effettueranno tramite interrogazioni orali, prove pratiche, test, prove strutturate. la valutazione, dunque, sarà rappresentata dalla media delle verifiche disciplinari teorico/pratiche riguardanti le conoscenze, le abilità e le competenze acquisite ma terrà, altresì conto, dell'impegno, del comportamento, del rispetto delle regole, della partecipazione e dell'interesse mostrati da ogni allievo durante le lezioni.
<b>TEMPI</b>	<b>OTTOBRE – APRILE</b>

<b>Denominazione dell'Unità Formativa Disciplinare</b>	
<b>UNITA' FORMATIVA 3</b> <b>SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE</b>	
<b>Acquisire atteggiamenti corretti in difesa della salute, per creare una coscienza etica sullo sport e sulla società moderna.</b> <b>Dipendenza e dipendenze COMPETENZE</b>	
<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITÀ/CAPACITÀ</b>
<b>Conoscere le principali norme igieniche</b> <b>Conoscere il concetto di dipendenza e le sue conseguenze</b>	<b>Saper eseguire determinati esercizi o attività fisiche per un corpo sano e armonico.</b> <b>Assumere delle corrette abitudini di vita.</b> <b>Igiene personale</b> <b>Le dipendenze</b>
<b>METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE</b>	<b>Metodi specifici di Scienze motorie: globale, analitico, misto, di gruppo e individualizzato.</b> <b>In linea generale si cercherà di presentare gli argomenti facilitando la comprensione con dimostrazioni e guidando i tentativi e le correzioni con incoraggiamenti. Ogni attività sarà dosata nel tempo e nell'intensità in maniera idonea e alternandola al gioco finalizzato.</b> <b>Inoltre, si cercherà di coinvolgere e stimolare un numero sempre maggiore di allievi alla pratica sportiva, organizzando partite e tornei interni (anche al gruppo-classe) affidando agli allievi eventualmente esonerati o con problemi occasionali, compiti di giuria, organizzazione e arbitraggio.</b>
<b>ATTIVITA' DI DIDATTICA</b>	Verranno proposte situazioni di apprendimento che favoriscono il miglioramento delle funzioni cardio-respiratorie, della mobilità articolare e

<b>LABORATORIALE</b>	tonicità muscolare, delle capacità coordinative generali e speciali. Avvio alla pratica sportiva.
<b>AMBIENTI DI APPRENDIMENTO</b>	Strutture sportive dell'istituto: palestra, campo da calcio a 5, aula.
<b>STRUMENTI, SUSSIDI E MATERIALI</b>	Verranno utilizzati libro di testo, la LIM ed eventuali dispositivi digitali
<b>VALUTAZIONE</b>	Si osserveranno sistematicamente gli allievi, il loro comportamento e i miglioramenti rispetto ai livelli di partenza. Le verifiche formative avverranno tramite: lezioni dialogate, esercitazioni pratiche, brevi questionari di apprendimento. Le verifiche sommative si effettueranno tramite: interrogazioni orali, prove pratiche, test, prove strutturate. Pertanto la valutazione sarà rappresentata dalla media delle verifiche disciplinari teorico/pratiche riguardanti le conoscenze, le abilità e le competenze acquisite, ma terrà altresì conto dell'impegno, del comportamento, del rispetto delle regole, della partecipazione e dell'interesse mostrati da ogni allievo durante le lezioni.
<b>TEMPI</b>	<b>OTTOBRE-MARZO</b>

<b>Denominazione dell'Unità Formativa Disciplinare</b>	
<p style="text-align: center;"><b>UNITA' FORMATIVA 4</b>  <b>IL MOVIMENTO E LA SUA RELAZIONE CON L'AMBIENTE NATURALE</b>  <b>SVILUPPO DELLA SOCIALITA' E DEL SENSO CIVICO</b></p>	
<p><b>Mettere in luce le connessioni e i principali punti di equilibrio tra la libertà e la responsabilità.</b>  <b>Il doping: risultato a tutti i costi</b></p>	
<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITÀ/CAPACITÀ</b>
<p>Conoscere l'etica sportiva</p> <p>Conoscere il valore dello sport</p> <p>Evitare le scorciatoie per raggiungere i risultati</p>	<p>Valorizzare la promozione della persona potenziando un atteggiamento positivo verso le istituzioni.</p> <p>Implementare le qualità delle competenze sociali e civiche di ciascuno nell'ambito di percorsi di responsabilità partecipate</p> <p>Far crescere negli studenti la consapevolezza dei diritti e dei doveri partendo dal contesto scolastico</p> <p>Far sviluppare il senso di appartenenza alla propria comunità.</p>
<b>METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE</b>	<p>Metodi specifici di Scienze motorie: globale, analitico, misto, di gruppo e individualizzato.</p> <p>In linea generale si cercherà di presentare gli argomenti facilitando la comprensione con dimostrazioni e guidando i tentativi e le correzioni con incoraggiamenti. Ogni attività sarà dosata nel tempo e nell'intensità in maniera idonea e alternandola al gioco finalizzato. Inoltre si cercherà di coinvolgere e stimolare un numero sempre maggiore di allievi alla pratica sportiva, organizzando partite e tornei interni (anche al gruppo-classe) affidando agli allievi eventualmente esonerati, o con problemi occasionali, compiti di giuria, organizzazione o arbitraggio. Se possibile si organizzeranno uscite didattiche.</p>
<b>ATTIVITÀ DI DIDATTICA</b>	Verranno proposte situazioni di apprendimento che favoriscono il miglioramento delle funzioni cardio-respiratorie, della mobilità articolare e

<b>LABORATORIALE</b>	tonicità muscolare, delle capacità coordinative generali e speciali. Avvio alla pratica sportiva.
<b>AMBIENTI DI APPRENDIMENTO</b>	Strutture sportive dell'istituto: palestra, campo da calcio a 5, aula.
<b>STRUMENTI, SUSSIDI E MATERIALI</b>	Strumenti: Verranno utilizzati cronometro, cordella metrica, ecc. nei rilevamenti dei test; piccoli attrezzi (palloni di pallavolo, pallacanestro, calcio, pallamano e i grandi attrezzi presenti in palestra, inoltre gli spazi disponibili come: Campi Sportivi. Verranno utilizzati la LIM ed eventuali strumenti per la riproduzione musicale.
<b>VALUTAZIONE</b>	Si osserveranno sistematicamente gli allievi, il loro comportamento e i miglioramenti rispetto ai livelli di partenza. Le verifiche formative avverranno tramite lezioni dialogate, esercitazioni pratiche, brevi questionari di apprendimento. Le verifiche sommative si effettueranno tramite interrogazioni orali, prove pratiche, test, prove strutturate. la valutazione, dunque, sarà rappresentata dalla media delle verifiche disciplinari teorico/pratiche riguardanti le conoscenze, le abilità e le competenze acquisite ma terrà, altresì conto, dell'impegno, del comportamento, della partecipazione e dell'interesse mostrati da ogni allievo durante le lezioni.
<b>TEMPI</b>	<b>OTTOBRE-MARZO</b>

Trebisacce, \_03\_\_/\_10\_\_/\_2024

**Il Docente**

Ottavio Ripoli

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

☒ **SI**      ☐ **NO**

**Il Docente**

Ottavio Ripoli