DISTRETTO SCOLASTICO N. 29

POLO TECNICO PROFESSIONALE
ALETTI - FILANGIERI
TREBISACCE (CS)

CAF

PROGRAMMAZIONE della DISCIPLINA
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

della CLASSE 3 CORSO A

CORSO INFORMATICA E TELECOMUNICAZIONI

ANNO SCOLASTICO 2026/27

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	%

1.2 Esiti di prove e valutazioni relative alla sola disciplina

1.3 <u>Eventuali</u> 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
Disuguaglianze (I quadrimestre)	Oltre il campo: lo sport come strumento per l'uguaglianza	Lingua italiana, Lingua inglese, Storia, Matematica (elenco da completare in Consiglio di classe)
Il benessere: dinamiche socio-culturali (II quadrimestre)	Il benessere attraverso il movimento: un ponte tra scienze motorie ed educazione civica	Lingua italiana, Lingua inglese, Storia, Matematica (elenco da completare in Consiglio di classe)

3. UNITÀ FORMATIVE SPECIFICHE DELLA DISCIPLINA

Denominazione dell'Unità Formativa Disciplinare

UNITÀ FORMATIVA 1: LA PERCEZIONE DI SÉ E IL COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITÀ MOTORIE ED ESPRESSIVE

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 e applicare alcune metodiche di allenamento per affrontare attività motorie e sportive di livello crescente, supportate da approfondimenti culturali e tecnico-tattici.
- Utilizzare le proprie capacità motorie per elaborare risposte 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.

ABILITA'

- Svolgere attività di durata e intensità diverse distinguendo le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica motoria.
- Assumere posture corrette anche in presenza di carichi.
- Autovalutare le proprie capacità motorie e confrontare i risultati ottenuti con le tabelle di riferimento.
- Migliorare le proprie capacità coordinative e condizionali e realizzare schemi motori complessi.
- Percepire e riprodurre ritmi anche variandoli.
- Rapportarsi con l'ambiente naturale praticando attività motorie individuali e di gruppo.

CONOSCENZE

- Le principali funzioni fisiologiche in relazione all'attività fisica.
- Le proprie capacità motorie coordinative e condizionali.
- Principi di teoria e metodologia dell'allenamento.
- Il ritmo nelle azioni motorie e sportive complesse.
- Tecniche e pratiche motorie e sportive in ambiente naturale e possibilità offerte dal territorio.

NUCLEI FONDANTI

Movimento e corpo (prevalente); Salute e benessere.

METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE

- Ogni studente, compresi gli studenti con disabilità, con DSA o con altri bisogni educativi speciali, partecipa alle attività secondo quanto previsto dal PEI o dal PDP, con adattamenti e ruoli che ne consentano il coinvolgimento attivo nel gruppo.
- Le esercitazioni sono organizzate secondo progressività e alternanza di carico e recupero, a partire dal livello rilevato in ingresso. Si alternano lezione frontale e partecipata, metodo globale-analitico-globale, problem solving motorio, cooperative learning e tutoring tra pari; il lavoro è personalizzato nei tempi e nei carichi, così che ciascuno lavori su di sé nel rispetto delle proprie potenzialità.
- Gli studenti che praticano attività agonistica sono valorizzati con compiti di tutoring, di arbitraggio e di responsabilità organizzativa. Gli studenti esonerati dalla parte pratica sono coinvolti nella parte teorica e in compiti di organizzazione, arbitraggio e giuria.
- Sono proposti collegamenti con le altre discipline e con le Unità di apprendimento del Consiglio di classe.

AMBIENTI DI APPRENDIMENTO

Spazi per l'attività motoria disponibili nel plesso di Oriolo; aula per le lezioni teoriche; ambienti naturali del territorio per le uscite programmate; piattaforma e-learning d'istituto per materiali, video e test.

STRUMENTI, SUSSIDI E MATERIALI

- Piccoli e grandi attrezzi della palestra; metro, cronometro, coni e segnalatori.
- Libro di testo; schede didattiche su regolamenti, tecniche e principi di allenamento; modelli e tavole anatomiche.
- LIM o proiettore per presentazioni multimediali.
- PC e tablet dell'istituto per ricerche, elaborazione dei dati dei test motori e videoanalisi, nel rispetto del regolamento d'istituto e della normativa sulla protezione dei dati personali.
- Non è previsto l'uso dello smartphone personale da parte degli studenti (nota MIM n. 3392 del 16 giugno 2025), salvo quanto stabilito nel PEI o nel PDP.

VALUTAZIONE

Valutazione formativa continua e sommativa, riferita al livello di partenza e ai progressi di ciascuno. Strumenti: osservazione sistematica con griglie; test motori e prove pratiche; prove orali o scritte, strutturate e semistrutturate, sulle conoscenze teoriche; compiti di realtà valutati con rubrica di competenza. Concorrono alla valutazione impegno, partecipazione, rispetto delle regole e del fair play. Per gli studenti esonerati la valutazione riguarda la parte teorica e i compiti organizzativi assegnati. Si applicano i criteri e le griglie deliberati dal Collegio dei docenti e dal Dipartimento (D.P.R. 122/2009).

In questa unità: Test motori d'ingresso e di verifica, con confronto rispetto alle tabelle di riferimento; osservazione sistematica.

TEMPI

Settembre – dicembre (prove d'ingresso tra settembre e ottobre).

Denominazione dell'Unità Formativa Disciplinare

UNITÀ FORMATIVA 2: I LINGUAGGI DEL CORPO E LA COMUNICAZIONE NON VERBALE

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)

- Sperimentare varie tecniche espressivo-comunicative in lavori individuali e di gruppo, favorendo l'autoriflessione e l'analisi dell'esperienza vissuta.
- Utilizzare le abilità espressive e mimiche maturate per comunicare stati d'animo ed emozioni.

ABILITA'

- Distinguere il linguaggio convenzionale (ad esempio l'arbitraggio) da quello espressivo (mimico, gestuale).
- Interpretare atteggiamenti, posture e mimica e corrispondere ai messaggi non verbali.
- Riconoscere vari generi musicali e di danza, individuando i messaggi che trasmettono.
- Muoversi sulla base di un ritmo, musicale e non, con gestualità spontanea e armonica.

CONOSCENZE

- Le differenze tra linguaggio convenzionale (segni, posture, movimenti, azioni) e linguaggio espressivo e mimico.
- Atteggiamenti e movimenti mimici e posturali che esprimono stati d'animo ed emozioni.
- Generi musicali e di danza e le loro modalità espressive.

NUCLEI FONDANTI

I linguaggi del corpo e la comunicazione non verbale (prevalente); Movimento e corpo.

METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE

- Ogni studente, compresi gli studenti con disabilità, con DSA o con altri bisogni educativi speciali, partecipa alle attività secondo quanto previsto dal PEI o dal PDP, con adattamenti e ruoli che ne consentano il coinvolgimento attivo nel gruppo.
- Le esercitazioni sono organizzate secondo progressività e alternanza di carico e recupero, a partire dal livello rilevato in ingresso. Si alternano lezione frontale e partecipata, metodo globale-analitico-globale, problem solving motorio, cooperative learning e tutoring tra pari; il lavoro è personalizzato nei tempi e nei carichi, così che ciascuno lavori su di sé nel rispetto delle proprie potenzialità.
- Gli studenti che praticano attività agonistica sono valorizzati con compiti di tutoring, di arbitraggio e di responsabilità organizzativa. Gli studenti esonerati dalla parte pratica sono coinvolti nella parte teorica e in compiti di organizzazione, arbitraggio e giuria.
- Sono proposti collegamenti con le altre discipline e con le Unità di apprendimento del Consiglio di classe.

AMBIENTI DI APPRENDIMENTO

Spazi per l'attività motoria disponibili nel plesso di Oriolo; aula per le lezioni teoriche; ambienti naturali del territorio per le uscite programmate; piattaforma e-learning d'istituto per materiali, video e test.

STRUMENTI, SUSSIDI E MATERIALI

- Piccoli e grandi attrezzi della palestra; metro, cronometro, coni e segnalatori.
- Libro di testo; schede didattiche su regolamenti, tecniche e principi di allenamento; modelli e tavole anatomiche.
- LIM o proiettore per presentazioni multimediali.
- PC e tablet dell'istituto per ricerche, elaborazione dei dati dei test motori e videoanalisi, nel rispetto del regolamento d'istituto e della normativa sulla protezione dei dati personali.
- Non è previsto l'uso dello smartphone personale da parte degli studenti (nota MIM n. 3392 del 16 giugno 2025), salvo quanto stabilito nel PEI o nel PDP.

VALUTAZIONE

Valutazione formativa continua e sommativa, riferita al livello di partenza e ai progressi di ciascuno. Strumenti: osservazione sistematica con griglie; test motori e prove pratiche; prove orali o scritte, strutturate e semistrutturate, sulle conoscenze teoriche; compiti di realtà valutati con rubrica di competenza. Concorrono alla valutazione impegno, partecipazione, rispetto delle regole e del fair play. Per gli studenti esonerati la valutazione riguarda la parte teorica e i compiti organizzativi assegnati. Si applicano i criteri e le griglie deliberati dal Collegio dei docenti e dal Dipartimento (D.P.R. 122/2009).

In questa unità: Osservazione e valutazione di brevi composizioni espressive individuali e di gruppo.

TEMPI

Novembre – gennaio.

Denominazione dell'Unità Formativa Disciplinare

UNITÀ 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)

- Cooperare in équipe, utilizzando e valorizzando le propensioni individuali e l'attitudine a ruoli definiti.
- Osservare e interpretare i fenomeni legati al mondo sportivo e 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 e apportando contributi personali.

ABILITA'

- Applicare strategie tecnico-tattiche nei giochi sportivi e nelle attività individuali.
- Cooperare nel gruppo valorizzando le diverse attitudini nei diversi ruoli.
- Praticare uno o più sport approfondendone la teoria, la tecnica, la tattica e le metodiche di allenamento.
- Collaborare con i compagni nelle scelte tattiche, adottando e proponendo strategie motorie complesse.

CONOSCENZE

- Tecniche e tattiche delle attività sportive praticate.
- Regole di gioco e di comportamento.
- L'ambiente in cui si svolgono le attività sportive, le attrezzature e gli strumenti.
- I diversi ruoli, la terminologia appropriata e la gestualità arbitrale delle attività praticate.

NUCLEI FONDANTI

Gioco e sport (prevalente); I linguaggi del corpo e la comunicazione non verbale.

METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE

- Ogni studente, compresi gli studenti con disabilità, con DSA o con altri bisogni educativi speciali, partecipa alle attività secondo quanto previsto dal PEI o dal PDP, con adattamenti e ruoli che ne consentano il coinvolgimento attivo nel gruppo.
- Le esercitazioni sono organizzate secondo progressività e alternanza di carico e recupero, a partire dal livello rilevato in ingresso. Si alternano lezione frontale e partecipata, metodo globale-analitico-globale, problem solving motorio, cooperative learning e tutoring tra pari; il lavoro è personalizzato nei tempi e nei carichi, così che ciascuno lavori su di sé nel rispetto delle proprie potenzialità.
- Gli studenti che praticano attività agonistica sono valorizzati con compiti di tutoring, di arbitraggio e di responsabilità organizzativa. Gli studenti esonerati dalla parte pratica sono coinvolti nella parte teorica e in compiti di organizzazione, arbitraggio e giuria.
- Sono proposti collegamenti con le altre discipline e con le Unità di apprendimento del Consiglio di classe.

AMBIENTI DI APPRENDIMENTO

Spazi per l'attività motoria disponibili nel plesso di Oriolo; aula per le lezioni teoriche; ambienti naturali del territorio per le uscite programmate; piattaforma e-learning d'istituto per materiali, video e test.

STRUMENTI, SUSSIDI E MATERIALI

- Piccoli e grandi attrezzi della palestra; metro, cronometro, coni e segnalatori.
- Libro di testo; schede didattiche su regolamenti, tecniche e principi di allenamento; modelli e tavole anatomiche.
- LIM o proiettore per presentazioni multimediali.
- PC e tablet dell'istituto per ricerche, elaborazione dei dati dei test motori e videoanalisi, nel rispetto del regolamento d'istituto e della normativa sulla protezione dei dati personali.
- Non è previsto l'uso dello smartphone personale da parte degli studenti (nota MIM n. 3392 del 16 giugno 2025), salvo quanto stabilito nel PEI o nel PDP.

VALUTAZIONE

Valutazione formativa continua e sommativa, riferita al livello di partenza e ai progressi di ciascuno. Strumenti: osservazione sistematica con griglie; test motori e prove pratiche; prove orali o scritte, strutturate e semistrutturate, sulle conoscenze teoriche; compiti di realtà valutati con rubrica di competenza. Concorrono alla valutazione impegno, partecipazione, rispetto delle regole e del fair play. Per gli studenti esonerati la valutazione riguarda la parte teorica e i compiti organizzativi assegnati. Si applicano i criteri e le griglie deliberati dal Collegio dei docenti e dal Dipartimento (D.P.R. 122/2009).

In questa unità: Prove pratiche su tecnica e tattica; osservazione del comportamento in gioco e nei ruoli di arbitro e giudice.

TEMPI

Ottobre – maggio (trasversale all'anno).

Denominazione dell'Unità Formativa Disciplinare

UNITÀ 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 informatici.
- Assumere in modo attivo e responsabile corretti stili di vita, con particolare attenzione alla prevenzione degli infortuni e alle norme di primo soccorso.

ABILITA'

- Adottare comportamenti idonei a prevenire gli infortuni nelle diverse attività, nel rispetto della propria e altrui incolumità.
- Applicare le procedure di primo soccorso e attivare correttamente la catena dei soccorsi.
- Applicare semplici tecniche di rilassamento e di compenso posturale.
- Valutare il rapporto tra alimentazione, consumo energetico e attività fisica.

CONOSCENZE

- I principi nutritivi dell'alimentazione; il rapporto tra consumo energetico delle diverse attività sportive e apporto calorico degli alimenti.
- Gli effetti derivanti dalla pratica motoria.
- Tecniche di rilassamento e prevenzione degli scompensi posturali.
- Le regole fondamentali del primo soccorso e della sicurezza in ambito sportivo.
- Ergonomia della postazione al videoterminale, sedentarietà e pause attive (collegamento con l'indirizzo).

NUCLEI FONDANTI

Salute e benessere (prevalente); Movimento e corpo.

METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE

- Ogni studente, compresi gli studenti con disabilità, con DSA o con altri bisogni educativi speciali, partecipa alle attività secondo quanto previsto dal PEI o dal PDP, con adattamenti e ruoli che ne consentano il coinvolgimento attivo nel gruppo.
- Le esercitazioni sono organizzate secondo progressività e alternanza di carico e recupero, a partire dal livello rilevato in ingresso. Si alternano lezione frontale e partecipata, metodo globale-analitico-globale, problem solving motorio, cooperative learning e tutoring tra pari; il lavoro è personalizzato nei tempi e nei carichi, così che ciascuno lavori su di sé nel rispetto delle proprie potenzialità.
- Gli studenti che praticano attività agonistica sono valorizzati con compiti di tutoring, di arbitraggio e di responsabilità organizzativa. Gli studenti esonerati dalla parte pratica sono coinvolti nella parte teorica e in compiti di organizzazione, arbitraggio e giuria.
- Sono proposti collegamenti con le altre discipline e con le Unità di apprendimento del Consiglio di classe.

AMBIENTI DI APPRENDIMENTO

Spazi per l'attività motoria disponibili nel plesso di Oriolo; aula per le lezioni teoriche; ambienti naturali del territorio per le uscite programmate; piattaforma e-learning d'istituto per materiali, video e test.

STRUMENTI, SUSSIDI E MATERIALI

- Piccoli e grandi attrezzi della palestra; metro, cronometro, coni e segnalatori.
- Libro di testo; schede didattiche su regolamenti, tecniche e principi di allenamento; modelli e tavole anatomiche.
- LIM o proiettore per presentazioni multimediali.
- PC e tablet dell'istituto per ricerche, elaborazione dei dati dei test motori e videoanalisi, nel rispetto del regolamento d'istituto e della normativa sulla protezione dei dati personali.
- Non è previsto l'uso dello smartphone personale da parte degli studenti (nota MIM n. 3392 del 16 giugno 2025), salvo quanto stabilito nel PEI o nel PDP.

VALUTAZIONE

Valutazione formativa continua e sommativa, riferita al livello di partenza e ai progressi di ciascuno. Strumenti: osservazione sistematica con griglie; test motori e prove pratiche; prove orali o scritte, strutturate e semistrutturate, sulle conoscenze teoriche; compiti di realtà valutati con rubrica di competenza. Concorrono alla valutazione impegno, partecipazione, rispetto delle regole e del fair play. Per gli studenti esonerati la valutazione riguarda la parte teorica e i compiti organizzativi assegnati. Si applicano i criteri e le griglie deliberati dal Collegio dei docenti e dal Dipartimento (D.P.R. 122/2009).

In questa unità: Prova scritta o orale sulle conoscenze; simulazione delle procedure di primo soccorso.

TEMPI

Febbraio – maggio.

Trebisacce, 29/09/2026

Il Docente
Prof. Giuseppe Sancineto

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

☒ **SI** ☐ **NO**

Solo PC e tablet dell'istituto; è escluso lo smartphone personale degli studenti (nota MIM n. 3392 del 16 giugno 2025), salvo quanto previsto nel PEI o nel PDP.

Il Docente
Prof. Giuseppe Sancineto