DISTRETTO SCOLASTICO N. 29

CAF

POLO TECNICO PROFESSIONALE
ALETTI - FILANGIERI
TREBISACCE (CS)

PROGRAMMAZIONE della DISCIPLINA

Scienze Motorie e Sportive

della CLASSE 3^ CORSO H

CORSO ENAG.E OSPIT. ALBERGHIERA

ANNO SCOLASTICO 2026/27

il Docente
Maria Cecilia Iantorno

1. SITUAZIONE INIZIALE DELLA CLASSE

1.1 Esito delle proveparallele di ingresso per competenze – Asse

LIVELLI DI COMPETENZA							
AREA CRITICA		B SE		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

Viene evidenziato il contributo della Disciplina alle Unità di Apprendimento individuatenella Programmazione del Consiglio di Classe.

Unità di Apprendimento Come da Programmazione del CdC	Contributo della Disciplina alla Unità di Apprendimento	Altre Discipline che partecipano alla UdA

3.UNITÀ FORMATIVESPECIFICHE DELLA DISCIPLINA

Da compilare per ciascuna Unità formativa

Denominazione dell'Unità Formativa Disciplinare
UNITA' FORMATIVA 1: **Accrescere la padronanza di sé**
COMPETENZE Valutare le proprie prestazioni e svolgere attività di diversa durata ed intensità. Gestione autonoma dei comportamenti che interessano le strutture e le funzioni del corpo.
ABILITA' Consolidamento delle proprie capacità motorie e coordinative Saper coordinare azioni efficaci in situazioni complicate Saper applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee e stati d'animo.

CONOSCENZE

Conoscere gli apparati e i sistemi del corpo umano,in particolare quelli che generano il movimento. Il fabbisogno energetico e il metabolismo.

Classificazione degli sport in base ai meccanismi di produzione energetica. Relazione tra scienze motorie e fisiologia, fisica e scienze

Le tecniche di espressione corporea per rappresentare idee e stati d'animo.

NUCLEI FONDANTI

Corpo, sua espressività e capacità condizionali

La percezione sensoriale, movimento, spaziotempo e capacità coordinative

Gioco, gioco-sport e sport

Sicurezza e salute

Sport e ambiente naturale e tecnologico

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.

ATTIVITA' DI DIDATTICA LABORATORIALE

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.

AMBIENTI DI APPRENDIMENTO

Aula, palestra.

STRUMENTI, SUSSIDI E MATERIALI

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.

VALUTAZIONE

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.

TEMPI

OTTOBRE-APRILE

3.UNITÀ FORMATIVESPECIFICHE DELLA DISCIPLINA

Da compilare per ciascuna Unità formativa

Denominazione dell'Unità Formativa Disciplinare
UNITA' FORMATIVA 2: **Lo sport , le regole , fair play**
COMPETENZE Affinare le tecniche e le tattiche di almeno due degli sport programmati nei ruoli congeniali alle proprie attitudini
ABILITA'
Collaborazione nell'organizzazione di giochi, di competizioni sportive e della loro direzione arbitrale e assistenza. Trasferire valori culturali, atteggiamenti personali e gli insegnamenti appresi in campo motorio in altre sfere della vita Trasferire e utilizzare i principi del fair-play Saper spiegare le ragioni storico- sociali che hanno prodotto particolari comportamenti
CONOSCENZE Approfondimento delle conoscenze relative alle tecniche e tattiche degli sport di squadra e individuali L'aspetto educativo e sociale nello sport Sport come veicolo di valorizzazione delle diversità culturali, fisiche e sociali Sport e storia
NUCLEI FONDANTI Corpo, sua espressività e capacità condizionali La percezione sensoriale, movimento, spaziotempo e capacità coordinative Gioco, gioco-sport e sport Sicurezza e salute Sport e ambiente naturale e tecnologico
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.

ATTIVITA' DI DIDATTICA LABORATORIALE

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.

AMBIENTI DI APPRENDIMENTO

Aula, palestra.

STRUMENTI, SUSSIDI E MATERIALI

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.

VALUTAZIONE

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.

TEMPI

OTTOBRE-APRILE

3.UNITÀ FORMATIVESPECIFICHE DELLA DISCIPLINA

Da compilare per ciascuna Unità formativa

Denominazione dell'Unità Formativa Disciplinare

UNITA' FORMATIVA 3: SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE

COMPETENZE

Saper applicare le regole dello star bene con un corretto stile di vita ed idonee prevenzioni. Essere consapevoli dei danni alla salute di alcune sostanze nocive.

Saper rispettare i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri

ABILITA'

Assumere comportamenti finalizzati alla prevenzione e al miglioramento della salute Saper intervenire in caso di infortunio

CONOSCENZE

Conoscere il concetto di salute come mantenimento, con regole di vita corrette e prevenzione.

Conoscere i principi fondamentali di prevenzione ed attuazione della sicurezza personale e altrui.

Elementi di primo soccorso

NUCLEI FONDANTI

Corpo, sua espressività e capacità condizionali
La percezione sensoriale, movimento, spaziotempo e capacità coordinative
Gioco, gioco-sport e sport
Sicurezza e salute
Sport e ambiente naturale e tecnologico

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.

ATTIVITA' DI DIDATTICA LABORATORIALE

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.

AMBIENTI DI APPRENDIMENTO

Aula, palestra.

STRUMENTI, SUSSIDI E MATERIALI

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.

VALUTAZIONE

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.

TEMPI

OTTOBRE-APRILE

3.UNITÀ FORMATIVESPECIFICHE DELLA DISCIPLINA

Da compilare per ciascuna Unità formativa

Denominazione dell'Unità Formativa Disciplinare

UNITA' FORMATIVA 4:

Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico

COMPETENZE

Sapersi orientare con bussole carte e mappe.
Essere capaci di applicare comportamenti ecologici nel rispetto della natura.
Sapere come equipaggiarsi ed abbigliarsi prima di un'escursione in ambiente naturale.

ABILITA'

Sapersi orientare
Adeguare abbigliamento e attrezzature alle diverse attività e condizioni meteo
Muoversi in sicurezza in diversi ambienti
Saper intervenire in caso di infortunio
Utilizzare appropriatamente gli strumenti tecnologici

CONOSCENZE

Le attività in ambiente naturale e le loro caratteristiche
Le norme di sicurezza nei vari ambienti e condizioni in montagna, nell'acqua ecc
Le caratteristiche delle attrezzature necessarie per praticare l'attività sportive
Strumenti tecnologici di supporto all'attività(cardiofrequenzimetro, GPS, tablet e smartphone) I pericoli che nasconde l'ambiente naturale.
Orienteering Trekking.

NUCLEI FONDANTI

Corpo, sua espressività e capacità condizionali
La percezione sensoriale, movimento, spaziotempo e capacità coordinative
Gioco, gioco-sport e sport
Sicurezza e salute
Sport e ambiente naturale e tecnologico

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.

ATTIVITA' DI DIDATTICA LABORATORIALE

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.

AMBIENTI DI APPRENDIMENTO

Aula, palestra.

STRUMENTI, SUSSIDI E MATERIALI

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.

VALUTAZIONE

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.

TEMPI

OTTOBRE-APRILE

Trebisacce, 30/09/2026

Il Docente
Maria Cecilia I antorno

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

~~**SI**~~ **NO**

Il Docente
Maria Cecilia Iantorno