

PROGRAMMAZIONE INDIVIDUALE Anno Scolastico 2025–2026

INDIRIZZO	Liceo Scientifico opzione Scienze Applicate
CLASSE	3 CSA
MATERIA	Scienze Motorie e Sportive
DOCENTE	Vento Claudia
LIBRO DI TESTO	Professione sport edizione verde corso di scienze motorie e sportive per la scuola secondaria di secondo grado E. Zucca - A. Sbragi - M. Gulisano -P. Manetti - M.Marcella - F. Cervellati G. D’Anna Messina - Firenze Ilo Sport” Pier Luigi Nista, June Parker, Andrea Tasselli Casa editrice G. D’Anna Messina-Firenze..
PROGRAMMAZIONE DIPARTIMENTALE	La programmazione individuale fa riferimento alla Programmazione Dipartimentale (Dipartimento di Scienze Motorie e Sportive) pubblicata su sito d’Istituto.

1) ACCORDI INTERDISCIPLINARI RAGGIUNTI IN SEDE DI CONSIGLIO DI CLASSE

Non sono stati attivati percorsi interdisciplinari che coinvolgono nello specifico anche le Scienze Motorie e Sportive.

Gli elementi di interdisciplinarietà sui quali le Scienze Motorie e Sportive lavorano sono i seguenti:

- Promuovere attraverso l’attività sportiva il valore della legalità, della sana competizione, del rispetto di regole concordate e condivise e i valori etici che sono alla base della convivenza civile.
- Favorire la conoscenza del corpo, la comunicazione e la relazione con gli altri.
- Realizzare una comunicazione efficace e potenziata supportando altri tipi di linguaggio ed integrandosi a vicenda.

2) ACCORDI CON LA CLASSE

Si provvede a fornire agli studenti l’informativa sulla sicurezza durante le ore di scienze motorie in cui sono esplicitate le problematiche, i comportamenti da tenere all’interno della palestra e le procedure necessarie per affrontare i rischi specifici.

Durante la lezione l’alunno deve rispettare le seguenti indicazioni:

- Utilizzare scarpe da ginnastica con suola antisdrucchiolevole;
- Utilizzare un abbigliamento idoneo per ogni tipo di disciplina sportiva e/o attività motoria;
- Devono attendere l’arrivo del docente prima di iniziare le attività, e lavorare solo in sua presenza seguendo con attenzione le indicazioni dallo stesso impartite;
- utilizzare le attrezzature in modo appropriato seguendo le indicazioni del docente nello spazio individuato;
- devono informare il docente sul proprio stato di salute segnalando immediatamente condizioni di malessere, di infortunio anche momentaneo;

- utilizzare le consuete norme igieniche al termine dell'attività motoria;
 - la permanenza nello spogliatoio deve essere di durata strettamente necessaria e non prevede la sorveglianza dei docenti per motivi di privacy. Gli alunni sono responsabili delle azioni che causeranno danni a cose e persone.
- Ogni studente deve prendersi cura della propria sicurezza, della propria salute e di quella dei suoi compagni su cui possono ricadere gli effetti delle sue azioni o omissioni, conformemente alla sua formazione, alle istruzioni e ai mezzi forniti dal Dirigente Scolastico e dai docenti di scienze motorie e sportive. Inoltre si applicano il Regolamento di Istituto e il Patto Educativo di Corresponsabilità (scuola – famiglia).

3) AGGANCI CON PROGETTI ATTIVATI NELLA CLASSE

- Adesione al Progetto C.S.S. e alle attività del gruppo sportivo pomeridiano, la partecipazione avverrà su base volontaria.
- Adesione al Progetto "Sport e Natura" che prevede la partecipazione su base volontaria alla Giornata Bianca.

4) UNITÀ DI APPRENDIMENTO

Nelle pagine seguenti sono elencati contenuti della programmazione individuale. I contenuti sono stati definiti in Unità di Apprendimento ponendo in connessione i seguenti elementi:

- Competenze
- Obiettivi specifici
- Conoscenze o Macroconoscenze
- Metodologia didattica
- Tipologia di verifica
- Periodo di insegnamento e monte ore dedicato

Unità di Apprendimento: IL MOVIMENTO, IL LINGUAGGIO DEL CORPO E LO SPORT		
Competenze	Obiettivi Specifici di apprendimento	Macro conoscenze
<p>1. Acquisire consapevolezza e padronanza delle potenzialità fisiche ed espressive del proprio corpo.</p> <p>2. Collaborare, partecipare ed interagire in gruppo comprendendo e rispettando i vari punti di vista.</p> <p>3. Approfondire la teoria di tattiche e di strategie degli sport più diffusi</p> <p>4. Partecipare all'organizzazione e alla gestione di eventi sportivi in ambito scolastico.</p> <p>5. Praticare sport.</p>	<p>- 1. Elaborare e possibilmente dare risposte motorie adeguate in situazioni dinamiche complesse.</p> <p>- 2. Assumere posture corrette in ambito motorio, sportivo .</p> <p>- 3. Trasferire in collaborazione con il gruppo semplici tecniche, strategie e regole adattandole alle capacità, esigenze, spazi e tempi di cui si dispone per risolvere situazioni problematiche. -</p> <p>- 4. Assumere autonomamente diversi ruoli quali quello dell'arbitraggio e del giudice di gara.</p> <p>- 5. Svolgere ruoli di direzione dell'attività sportiva, nonché di organizzazione e gestione degli eventi sportivi scolastici.</p>	<p>- I principi scientifici fondamentali che sottendono la prestazione motoria e sportiva.</p> <p>- La terminologia: regolamento, tecniche e tattiche dei principali giochi e sport.</p> <p>- I fondamentali individuali e di squadra degli sport trattati.</p> <p>- Aspetti essenziali della struttura e della evoluzione dei giochi e degli sport individuali e di squadra di rilievo nazionale e di tradizione locale.</p>
Metodologie	Modalità di verifica	Periodo di svolgimento e quantità ore
<p>- Didattica laboratoriale ;</p> <p>- Apprendimento cooperativo;</p> <p>- Apprendimento tra pari;</p> <p>- Lavoro di gruppo e a coppie;</p> <p>- Apprendimento per scoperta guidata;</p> <p>- Metodo dell'assegnazione dei compiti;</p> <p>- Lezione frontale;</p> <p>- Lezione partecipata.</p> <p>Il lavoro viene individualizzato e personalizzato.</p>	<p>Verifica del miglioramento rispetto alla situazione iniziale attraverso periodiche prove pratiche.</p> <p>Valutazione del grado di impegno, di attenzione e di partecipazione alle lezioni.</p> <p>Tipologie di prove:</p> <p>- Esercitazioni pratiche.</p> <p>- Test scritti (quesiti a risposta multipla, test vero/falso, Quesiti a completamento, quesiti a risposta singola).</p> <p>- Interrogazioni orali.</p> <p>- Autovalutazione e valutazione reciproca.</p>	<p>Settembre - maggio . 66 ore</p>

Unità di Apprendimento: <i>Sport, regole e fair play.</i>		
Competenze	Obiettivi Specifici di apprendimento	Conoscenze o Macroconoscenze
-Organizzare e gestire eventi sportivi nel tempo-scuola ed extra-scuola.	<ul style="list-style-type: none"> - Applicare le strategie tecnico – tattiche dei giochi sportivi. - Affrontare il confronto agonistico con un’etica corretta, con rispetto delle regole e vero fairplay. - Svolgere compiti di direzione dell’attività sportiva. - Arbitrare e assumere ruoli di giuria in situazioni di competizione scolastica. - Osservare e interpretare i fenomeni legati al mondo sportivo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Pratica degli sport di squadra e degli sport individuali (Pallavolo, Basket, Atletica Leggera, Calcio a 5, Badminton, Hit Ball, Pallamano, Tag rugby, ecc.). Gli sport vengono scelti sulla base agli spazi e alle attrezzature a disposizione. - Regole principali e aspetti fondamentali degli sport trattati. - Esercitazioni sui fondamentali individuali e di squadra degli sport trattati. - Conoscere le strategie tecnico – tattiche dei giochi sportivi. - Regolamenti sportivi, compiti di arbitraggio e giuria. - Valutazione funzionale e classificazione bioenergetica degli sport. - Aspetto educativo e sociale dello sport.
Metodologie	Modalità di verifica	Periodo di svolgimento e quantità ore
<ul style="list-style-type: none"> - Didattica laboratoriale ; - Apprendimento cooperativo; - Apprendimento tra pari; - Lavoro di gruppo e a coppie; - Apprendimento per scoperta guidata; - Metodo dell'assegnazione dei compiti; - Lezione frontale; - Lezione partecipata. <p>Il lavoro viene individualizzato e personalizzato.</p>	<p>Verifica del miglioramento rispetto alla situazione iniziale attraverso periodi che prove pratiche.</p> <p>Valutazione del grado di impegno, di attenzione e di partecipazione alle lezioni.</p> <p>Tipologie di prove:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Esercitazioni pratiche. - Test scritti (quesiti a risposta multipla, test vero/falso, Quesiti a completamento, quesiti a risposta singola). - Interrogazioni orali. - Autovalutazione e valutazione reciproca. 	Settembre-giugno. Ore 30.

Unità di Apprendimento: <i>Salute, benessere, sicurezza e prevenzione.</i>		
Competenze	Obiettivi Specifici di apprendimento	Conoscenze o Macroconoscenze
<p>1. Acquisire i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale.</p> <p>2. Adottare comportamenti per prevenire infortuni per sé e per gli altri ed adottare norme sanitarie ed alimentari indispensabili per il mantenimento del proprio benessere psicofisico.</p> <p>3. Conoscere le informazioni base relative al 1^a soccorso.</p>	<p>1. Assumere posture corrette in ambito motorio, sportivo e scolastico.</p> <p>2. Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza in palestra, a scuola e negli spazi aperti, compreso quello stradale.</p> <p>3. Seguire una alimentazione corretta.</p> <p>4. Comprendere il legame indissolubile tra corretto stile di vita e mantenimento dello stato di salute.</p> <p>5. Analisi dei danni creati dal consumo di alcol e fumo.</p> <p>6. Le nuove dipendenze.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - I principi igienici e scientifici essenziali che favoriscono il mantenimento dello stato di salute ed il miglioramento dell'efficienza fisica. - Conoscere elementi base del 1^a Soccorso. - Norme sanitarie e alimentari indispensabili per il mantenimento del benessere psico-fisico. - Principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra, a scuola e negli spazi aperti. - Conoscere le problematiche legate alla sedentarietà.
Metodologie	Modalità di verifica	Periodo di svolgimento e quantità ore
<ul style="list-style-type: none"> - Didattica laboratoriale; - Apprendimento cooperativo; - Apprendimento tra pari; - Lavoro di gruppo e a coppie; - Apprendimento per scoperta guidata; - Metodo dell'assegnazione dei compiti; - Lezione frontale; - Lezione partecipata. <p>Il lavoro viene individualizzato e personalizzato.</p>	<p>Verifica del miglioramento rispetto alla situazione iniziale attraverso periodiche prove pratiche.</p> <p>Valutazione del grado di impegno, di attenzione e di partecipazione alle lezioni.</p> <p>Tipologie di prove:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Esercitazioni pratiche. - Test scritti (quesiti a risposta multipla, test vero/falso, Quesiti a completamento, quesiti a risposta singola). - Interrogazioni orali. - Autovalutazione e valutazione reciproca. 	<p>Settembre-giugno.</p>

CRITERIDI VALUTAZIONE

La certificazione delle competenze avverrà tramite una valutazione sommativa, compiti di realtà e rubriche valutative. La valutazione del 1° e del 2° Periodo scaturisce dal profitto ottenuto nelle verifiche pratico/teoriche. Si avvarrà dei risultati emersi dai test pratici già calcolati in griglie di livello proporzionale all'età degli alunni/e. Sono previste verifiche scritte e/o interrogazioni orali per la parte teorica e, per gli alunni esonerati parzialmente o totalmente dalle esercitazioni pratiche, ulteriori verifiche scritte/orali, valutazione su arbitraggio e/o segnapunti. Si terrà conto degli aspetti migliorativi e degli aspetti relazionali e socializzanti.

Saranno infatti considerati i miglioramenti ottenuti dai livelli di partenza, la partecipazione attiva alle lezioni, l'impegno e l'interesse dimostrati, la frequenza e la partecipazione effettiva (giustificazioni), la serietà nello svolgimento del lavoro, l'atteggiamento collaborativo e costruttivo verso l'insegnante e il gruppo classe. Si valuterà in oltre il rispetto delle regole verso le strutture e il materiale utilizzato, la partecipazione ai Gruppi Sportivi e ai Campionati Studenteschi. Il recupero viene svolto in itinere.

La scelta delle prove pratiche e scritte, nonché degli argomenti trattati, potranno subire modifiche e variazioni in base alle situazioni che si presenteranno durante il percorso didattico e in base agli spazi a disposizione.

Per maggiori informazioni relative alla valutazione delle competenze e alla valutazione degli obiettivi minimi si rimanda alla Programmazione Dipartimentale pubblicata sul sito dell'Istituto.

DATA DI PRESENTAZIONE

28 Ottobre 2025

IL DOCENTE

Claudia Vento
