

Istituto di Istruzione Superiore “Arturo Prever” – Pinerolo
Sede coordinata Istituto Agrario Osasco

Anno Scolastico 2025 / 2026

PROGRAMMAZIONE ANNUALE BIENNIO

MATERIA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Corso Tecnico

Docente: prof. Barile Francesco
Prof. Alaimo Calogero

1) Ore di lavoro settimanali/annuali:

Classe	Ore settimanali	Ore annuali previste (con eventuale compresenza)
Prime	2	68
Seconde	2	68

2) **Libri di testo adottati** (per ogni singola classe):

Corso Professionale e Tecnico: Classi 1° EDUCARE AL MOVIMENTO Fiorini Lovecchio, Coretti, Bocchi casa editrice DEA Marietti

Classi 2° EDUCARE AL MOVIMENTO Fiorini Lovecchio, Coretti, Bocchi casa editrice DEA Marietti

N.B.: chi non adotta il libro di testo indichi su quali materiali intende lavorare e in che modo i ragazzi possono accedervi

3) **Strumenti di lavoro** (libri, dispense, fotocopie, sussidi audiovisivi e informatici, ecc.):

Audiovisivi – Fotocopie – lezioni pratiche tenute da esperti

4) **Finalità generali dello studio della disciplina:** (*trarre dalle linee guida*)

Favorire negli studenti il perseguimento di un equilibrato sviluppo ed un consapevole benessere psico-fisico. Lo studente al termine del percorso quinquennale deve acquisire apprendimenti che lo mettano in grado di avere consapevolezza dell'importanza che riveste la pratica dell'attività motoria – sportiva per il benessere individuale e collettivo e di saperla esercitare in modo efficace. Prospettiva finalizzata a valorizzare la funzione educativa e non solo addestrativa delle scienze motorie e sportive.

5) **Finalità specifiche dello studio della disciplina:** (*trarre dalle linee guida*)

Favorire negli studenti non solo il perseguimento della corretta pratica sportiva, attraverso corrette azioni motorie, ma anche il

perseguimento di obiettivi finalizzati alla consapevolezza del ruolo culturale che ha questa disciplina. In modo trasversale si collega all'educazione alla cittadinanza attiva, utilizzando le regole sportive come strumento di convivenza civile, la partecipazione alle gare scolastiche, collaborando all'organizzazione con compiti di arbitraggio e di giuria, riconoscendo comportamenti di base funzionali al mantenimento della propria salute, conoscendo e osservando le regole di base per la prevenzione degli infortuni, adottando comportamenti adeguati in campo motorio e sportivo.

6) Metodologie utilizzate (lezione frontale, lezione interattiva e/o partecipata, cooperative learning, spiegazioni e/o attività pratiche, ecc.):

Vengono utilizzate: lezioni pratiche in grande e piccolo gruppo, lezioni frontali, lezioni interattive e/o partecipate.

Per far sì che gli allievi diventino parte attiva del processo educativo e che si sentano coinvolti in prima persona, si parte in genere da una impostazione globale delle attività per passare poi al lavoro analitico, per consentire ad ognuno di prendere coscienza degli aspetti più specifici di ogni gesto motorio. Si cerca sempre di lavorare in modo da avere un continuo coinvolgimento di tutto il gruppo evitando inutili momenti di attesa. Si articolano le lezioni in modo da rendere l'attività il meno ripetitiva possibile per tenere viva l'attenzione degli allievi.

Si alternano proposte di lavoro di tipo strutturato, semi-strutturato e in parte anche libero.

Si propongono molte attività di gioco di gruppo e di squadra per sviluppare nei ragazzi il giusto agonismo e tenere il più possibile vivo il loro impegno e il loro interesse.

7) Strategie per il recupero:

Il recupero verrà svolto sempre in itinere durante la usuale attività. Gli alunni in difficoltà verranno seguiti con particolare attenzione durante le lezioni con interventi immediati e mirati adeguati alle loro singole potenzialità.

PROGRAMMAZIONE ANNUALE

ABILITÀ PREVISTE DALLE LINEE GUIDA PER IL BIENNIO e Obiettivi minimi

<u>ABILITÀ biennio</u> RIPORTARE LE ABILITÀ PREVISTE DALLE LINEE GUIDA	<u>Abilità minime del biennio</u> Definire le abilità minime per BES
L'attività pratica varierà, secondo l'età, per intensità e durata di lavoro. Nelle classi prime e seconde sarà dedicata più attenzione all'elaborazione degli schemi motori di base, alla consapevolezza del movimento ed alla socializzazione e al rispetto delle regole per la buona convivenza civile. Il raggiungimento delle abilità saranno monitorate anche con test pratici relativi alle capacità coordinative e condizionali (equilibrio statico e dinamico, coordinazione oculo manuale – spazio temporale, destrezza/ forza, resistenza, velocità, mobilità) con o senza attrezzi. Test specifici sulle discipline sportive trattate (pallavolo, pallamano, Hitball, calcio cinque, badminton, tennis tavolo,) giochi popolari non convenzionali (frisbee ecc).	Per quanto riguarda gli obiettivi minimi da perseguire ogni studente al termine dell'anno dovrà dimostrare: • Di aver ottenuto un sufficiente miglioramento delle sue capacità coordinative: coordinazione generale, orientamento spazio-temporale, lateralizzazione, equilibrio posturale dinamico, senso del tempo e del ritmo rispetto alla situazione di partenza. • Di aver ottenuto un sufficiente miglioramento nelle capacità condizionali (resistenza, velocità, forza, mobilità articolare) • Di aver appreso, anche se in forma elementare, nuovi gesti motori. • Di saper praticare, anche se in forma elementare, una disciplina individuale e una di squadra fra quelle svolte nell'arco dell'anno e conoscerne il regolamento di gioco di base. • Di conoscere in modo sufficientemente chiaro gli argomenti teorici trattati • Di aver frequentato almeno i due terzi di lezioni pratiche teoriche, aver lavorato con sufficiente impegno.

Verranno utilizzati strumenti dispensativi e compensativi (tempi più lunghi per l'assimilazione di test pratici, concetti teorici e dei nuovi gesti motori). Eventuale possibilità diripetere il gesto motorio e le conoscenze fino all'acquisizione.

CONOSCENZE, CONTENUTI ED OBIETTIVI MINIMI DELLA CLASSE PRIMA (ARTICOLARE LE CONOSCENZE PREVISTE DALLE LINEE GUIDA NEI CONTENUTI E DEFINIRE GLI OBIETTIVI MINIMI PREVISTI PER CIASCUNA CONOSCENZA)

Conoscenze (RIPRESE DALLE LINEE GUIDA) - Potenziamento fisiologico: miglioramento della resistenza generale, della forza, della velocità e della mobilità articolare. - Rielaborazione degli schemi motori di base: coordinazione generale, orientamento spazio-temporale, lateralizzazione, equilibrio posturale e dinamico, senso del tempo e del ritmo. - Conoscenza della più vasta gamma di abilità motorie e di gesti tecnici semplici	Contenuti ATTIVITÀ PRATICHE Corse con variazione di ritmo, intensità e durata, andature preatletiche, stretching, circuit-training, esercizi a corpo libero svolti con resistenze naturali, staffette, esercizi a coppie di opposizione e resistenza, esercizi di riporto svolti con piccoli attrezzi, esercizi ai grandi attrezzi. Esercizi respiratori e di presa di coscienza . Esercizi di mobilizzazione attiva Percorsi di destrezza Test primo trimestre: elevazione, lancio dorsale pallone da basket da seduti, Cooper 12 minuti di corsa, velocità navetta 30 m Test pentamestre: coordinazione saltelli alla funicella 30", addominali alla spalliera, circuito a stazioni, percorso a tempo Pallavolo: fondamentali individuali (palleggi, bagher, battuta di sicurezza), gioco tre contro tre con regolamento semplificato. Test trimestre: 30" palleggio sul capo, 15 palleggi di precisione al muro, tecnica battuta dal basso.	Obiettivi e contenuti minimi: i contenuti minimi disciplinari in termini di conoscenze che ogni allievo dovrebbe possedere per arrivare alla sufficienza. Gli stessi obiettivi si applicano agli allievi disabili con valutazione conforme e agli allievi con BES (non DSA). Gli obiettivi e i contenuti sono quelli citati in precedenza, propri del biennio, ma dosati e calibrati sulle effettive potenzialità della classe e di ogni allievo. Verranno utilizzati dove è previsto strumenti dispensativi e compensativi (tempi più lunghi per l'assimilazione di test pratici, concetti teorici e dei nuovi gesti motori). Eventuale possibilità di ripetere il gesto motorio e le conoscenze teoriche fino all'acquisizione. Al termine della classe prima l'alunno dovrà dimostrare di aver raggiunto le minime competenze motorie di base attraverso i gesti motori semplici acquisiti attraverso le attività motorie proposte.
---	--	---

Conoscenza delle norme fondamentali di comportamento ai fini della prevenzione degli infortuni ed in caso di incidente durante la pratica sportiva.

- Conoscenza delle norme igieniche da seguire durante la pratica di attività sportive.
- Consolidamento del carattere, sviluppo della socialità e del senso civico.

OBIETTIVI EDUCATIVI COMPORTAMENTALI

Hit-ball: fondamentali individuali di tiro, alzate, passaggio, semplici regole di gioco, gioco di squadra.

Badminton: tecniche del movimento, regole di gioco, giochi propedeutici uno contro uno.

Tennis tavolo: fondamentali individuali (colpo dritto - rovescio, battuta) e regole di gioco.

Pallamano: fondamentali individuali (palleggi, passaggi, tiri in doppio appoggio e in sospensione,

Regole generali del gioco. Gioco di squadra 4:4. Quando e se sarà possibile

Basket: fondamentali individuali palleggi, passaggi tiri a canestro. Gioco 3:3 solo se quando sarà possibile

Calcio 5: fondamentali individuali passaggi, tiri e gioco solo se e quando sarà possibile

Test pentamestre: tecnica dei fondamentali individuali.

• Partecipazione costruttiva al dialogo educativo. • Rispetto delle regole scolastiche e specifiche della palestra • Assiduità nella frequenza scolastica e dell'adisciplina • Puntualità nella consegna delle	Atletica Leggera: alcune specialità: velocità, resistenza Fondamentali individuali e di squadra e regole di alcuni giochi sportivi non convenzionali Eventuali attività proposte da enti sportivi del territorio utili alla crescita motoria e personale degli allievi	
--	---	--

giustificazioni delle assenze. • Puntualità nella consegna dei lavori assegnati rispetto alle scadenze • Rispetto nei confronti dei componenti della classe, del personale ausiliario, degli insegnanti, delle strutture ed attrezzature scolastiche.	CONOSCENZE TEORICHE Per tutti gli allievi: Norme igieniche da seguire durante la praticadi attività sportive Conoscenze teoriche relative all’attività svolta in palestra e agli sport trattati. Educazione civica: • Il fair play (argomento trattato prevalentemente nell’aspetto pratico) Per gli allievi esonerati per ragioni di salute dalle lezioni pratiche: • regolamento dei giochi di squadra svolti dalla classe • saper spiegare le attività svolte a lezione • rispondere a quesiti scritti o orali. • relazioni o ricerche approfondite su argomenti concordati • Posizioni fondamentali della ginnastica • Attività in ambiente naturale • Regolamento della pallavolo e frisbee	
---	--	--

CONOSCENZE, CONTENUTI ED OBIETTIVI MINIMI DELLA CLASSE SECONDA (ARTICOLARE
LE CONOSCENZE PREVISTE DALLE LINEE GUIDA NEI CONTENUTI E DEFINIRE GLI OBIETTIVI MINIMI PREVISTI PER CIASCUNA CONOSCENZA)

Conoscenze (RIPRESE DALLE LINEE GUIDA)	Contenuti DAL LIBRO in adozione	Obiettivi e contenuti minimi: i contenuti minimi disciplinari in termini di conoscenze che ogni allievo dovrebbe possedere per arrivare alla sufficienza. Gli stessi obiettivi si applicano agli allievi disabili con valutazione conforme e agli allievi con BES (non DSA).

• Potenziamen o fisiologico: miglioramento della resistenza generale, della forza, della velocità e della mobilità articolare. • Rielaborazione degli schemi motori di base: coordinazione generale, orientamento spaziotemporale, lateralizzazione, equilibrio posturale e dinamico, senso del tempo e del ritmo. • Acquisizione e perfezionamento qualitativo della più vasta gamma di abilità motorie e di gesti tecnici. • Conoscenza delle norme fondamentali di	ATTIVITÀ PRATICHE Corse con variazione di ritmo, intensità e durata, andature preatletiche, stretching, circuit-training, esercizi a corpo libero svolti con resistenze naturali, staffette, esercizi a coppie di opposizione e resistenza, esercizi di riporto svolti con piccoli attrezzi, esercizi ai grandi attrezzi. Esercizi respiratori e di presa di coscienza Esercizi di mobilitazione attiva Percorsi di destrezza Test primo trimestre: capovolte, salto in lungo da fermo, Cooper 12 minuti di corsa Test pentamestre: esercizio alla spalliera, lancio palla medica 2kg dorso al muro , circuito a stazioni, percorso a tempo, velocità in palestra 20 m Pallavolo: fondamentali individuali: palleggio, bagher, battuta di sicurezza. Test primo trimestre: palleggio in spostamento dx-sx bagher avanti – dietro, battuta di sicurezza a zona.	Gli obiettivi e i contenuti sono quelli citati in precedenza, propri del biennio, ma dosati e calibrati sulle effettive potenzialità di ogni allievo e della classe. Verranno utilizzati dove è previsto strumenti dispensativi e compensativi (tempi più lunghi per l'assimilazione di test pratici, concetti teorici e dei nuovi gesti motori). Eventuale possibilità di ripetere il gesto motorio e le conoscenze teoriche fino all'acquisizione. L'alunno al termine della classe seconda dovrà aver colmato eventuali lacune nella formazione motoria di base, ma anche finalizzato e valorizzato le proprie potenzialità.
--	--	--

comportamento ai fini della prevenzione degli infortuni ed in caso di incidente durante la pratica sportiva. • Conoscenza dell'enorme igiene da seguire durante la pratica di attività sportive. • Consolidamento del carattere, sviluppo della socialità e del senso civico.	Gioco tre contro tre, inizio gioco sei contro sei con regolamento semplificato. Pallamano: fondamentali individuali (palleggi, passaggi, tiri in doppio appoggio e in sospensione, rigori), gioco di squadra 4:4 regole generali del gioco. Test pentamestre: percorso con fondamentali individuali Pallacanestro: fondamentali individuali (palleggi, passaggi, tiri in doppio appoggio, in sospensione e gioco tre contro tre con regolamento semplificato). Hit-ball : fondamentali individuali di tiro, alzata e passaggio gioco di squadra attacco ed difesa, principali regole di gioco. Calcio 5 fondamentali individuali e di squadra: passaggio, tiro in porta, lo stop, lapresa del portiere, gioco 5:5. Badminton: tecniche del movimento, regole di gioco, approccio gioco uno contro uno, Tennis tavolo: fondamentali individuali (colpo dritto- rovescio, battuta) e regole di gioco. Gioco uno contro uno. Atletica Leggera: alcune specialità: velocità, resistenza, mezzofondo, getto del peso, staffetta. Fondamentali individuali e di squadra e regole di alcuni giochi sportivi non convenzionali	
---	---	--

	Eventuali attività proposte da enti sportivi del territorio utili alla crescita motoria e personale degli allievi CONOSCENZE TEORICHE Per tutti gli allievi: Norme igieniche da seguire durante la pratica di attività sportive Conoscenze teoriche relative all'attività svolta in palestra agli sport trattati. Educazione civica: sport e solidarietà (argomento trattato prevalentemente nell'aspetto pratico con lezione in presenza e teorico con dad) Per gli allievi esonerati per ragioni di salute dalle lezioni pratiche: • regolamento dei giochi di squadra svolti dalla classe • saper spiegare le attività svolte a lezione • rispondere a quesiti scritti o orali. • relazioni o ricerche approfondite su argomenti concordati	
--	---	--

9) STRUMENTI DI VALUTAZIONE, E NUMERO MINIMO PROVE QUADRIMESTRALI

Prove pratiche. Osservazioni da parte del docente durante le attività. Il numero delle prove pratiche sarà indicativamente 3/4 a periodo. E' prevista una valutazione relativa all'educazione civica. Inoltre è prevista anche una valutazione soggettiva da parte del docente una per trimestre e una per il pentamestre che terrà soprattutto in considerazione l'impegno e la partecipazione attiva alle lezioni, la serietà nell'affrontare le attività proposte e i contributi sportivi apportati dagli allievi, la fantasia sportiva la collaborazione e disponibilità verso i compagni durante le attività. I riposi dall'attività pratica sono stati concordati 2 nel trimestre e 2 nel pentamestre.

Solo per le classi quinte: teoria il doping, la sana l'alimentazione, l'alimentazione dello sportivo e il regolamento di tutti i giochi sportivi trattati e le tecniche di riscaldamento.

10) CRITERI DI VALUTAZIONE

Gli strumenti usati per la verifica formativa sono:

Test motori, l'osservazione costante degli allievi durante le lezioni e la correzione continua degli esercizi durante il loro svolgimento. Per la verifica sommativa delle abilità pratiche si fa uso di griglie osservative, test e prove motorie di vario genere.

Per verificare le conoscenze teoriche acquisite si fa uso di quesiti soprattutto orali durante l'attività pratica, ma anche prove strutturate e semi strutturate, relazioni su argomenti trattati o concordati con l'insegnante (in particolare per gli allievi esonerati da l'attività pratica)

Ai fini della valutazione del trimestre e pentamestre si tiene conto:

- dei risultati delle verifiche pratiche e teoriche
- del numero di lezioni svolte praticamente durante il quadrimestre da ogni alunno, considerando che la non partecipazione all'attività pratica senza adeguate motivazioni è un elemento penalizzante
- del grado di impegno, partecipazione e disponibilità dimostrati da ciascun alunno durante le lezioni.
- della partecipazione degli alunni ai Campionati Studenteschi e ai vari tornei organizzati dalla rete pinerolese o dall'Ufficio Ed. Fisica di Torino o da altri enti sportivi.
- della partecipazione ad attività sportiva agonistica extrascolastica degli allievi

Al termine dell'anno l'alunno dovrà aver sviluppato le competenze relative ad uno dei livelli sotto descritti:

Livello base (voto 6/10): lo studente effettua esercizi ginnici semplici e la pratica di alcuni fondamentali individuali di un gioco sportivo, i situazioni note, mostrando di possedere conoscenze e abilità essenziali e di saper applicare regole e procedure fondamentali. Conosce schematicamente gli argomenti teorici del programma.

Livello intermedio (7-8/10): lo studente effettua esercitazioni ginnico-sportive adattandosi al meglio in situazioni motorie complesse anche non note, compie scelte appropriate, mostrando di saper utilizzare le conoscenze e le abilità acquisite. Oltre a conoscere gli argomenti teorici del programma riesce ad approfondirli.

Livello avanzato (9-10/10): lo studente effettua esercitazioni ginnico- sportive adattandosi al meglio in situazioni motorie non note, pratica almeno uno sport a livello agonistico, mostrando padronanza nell'uso delle conoscenze e delle abilità. Nella teoria conosce perfettamente gli argomenti trattati e sa proporre e sostenere le proprie opinioni e assumere autonomamente decisioni consapevoli.

GRIGLIA DI VALUTAZIONE DEL DIPARTIMENTO (nel caso di discipline con valutazione sia scritta che orale, inserire entrambe le griglie)

Le griglie di valutazione dei test proposti sono reperibili sui testi adottati dalle singole classi o da griglie predisposte dai docenti tenendo conto del livello motorio degli alunni relativamente alle discipline sportive trattate e alle attività proposte durante le lezioni.

GRIGLIA DI VALUTAZIONE.

Gli insegnanti di scienze motorie concordano la seguente griglia di valutazione al termine del trimestre e pentamestre:

- Il **voto 9/10** sarà dato agli alunni che

A – mostrano notevole interesse e predisposizione per la disciplina

B – rispettano le regole e il materiale della palestra

C – portano sempre l'abbigliamento adatto per svolgere le attività pratiche

D –acquisiscono movimenti complessi e li esprimono in maniera raffinata in tutte le attività

E – organizzano le conoscenze acquisite per realizzare progetti motori autonomi e finalizzati

F – eccellono in una disciplina sportiva che praticano ad un livello buono.

G - Nella teoria conoscono perfettamente tutti gli argomenti trattati e sanno proporre e sostenere le proprie opinioni e assumere autonomamente decisioni consapevoli.

- Il **voto 8** sarà dato agli alunni che:

A – mostrano interesse costante, portano il materiale occorrente e rispettano le regole

B – mostrano capacità coordinative e condizionali abbastanza sviluppate nelle varie discipline sportive.

C – Conoscono gli argomenti teorici trattati in maniera approfondita ed esauriente.

- Il **voto 7** sarà dato agli alunni che:

A – partecipano assiduamente e mostrano interesse per la disciplina

B – migliorano in maniera significativa le capacità condizionali e coordinative anche se commettono delle imprecisioni nell'espressione di qualche gesto motorio di difficoltà medio-alta.

C – conoscono quasi tutti gli argomenti teorici trattati in maniera esauriente.

- Il **voto 6** sarà dato agli alunni che:

A – partecipano in maniera non sempre costante

B – elaborano gli schemi motori in maniera semplice

C – **oppure pur mostrando qualche difficoltà nell'apprendimento motorio si applicano con impegno e costanza**

D – **oppure possiedono buone qualità motorie che non usano e non sfruttano in maniera adeguata.**

E – Conoscono buona parte, anche se in maniera schematica, gli argomenti teorici trattati.

- Il **voto 5** sarà dato agli alunni che:

A – partecipano e s'impegnano in maniera saltuaria nonostante le continue sollecitazioni da parte del docente

B – mostrano difficoltà ad incrementare le capacità condizionale e coordinative

C – conoscono in maniera superficiale e con qualche lacuna una parte degli argomenti teorici trattati.

- Il **voto 4** sarà dato agli alunni che:

A – mostrano una scarsa partecipazione ed un impegno molto superficiale

B – conoscono appena qualche argomento teorico trattato e con molte lacune nella esposizione.

- I **voti 1/2/3** saranno dati agli alunni che:

A – hanno un rifiuto totale per le attività motorie e sportive, e una conoscenza quasi nulla degli argomenti teorici trattati.

N.B. Per gli alunni esonerati nella parte pratica, vale quanto scritto nella programmazione dei contenuti e facendo riferimento per la valutazione quanto esposto nella griglia.

Osasco, 20-11-2025

Dipartimento di scienze motorie e sportive: prof.ssa Monica Vaschetto

Istituto di Istruzione Superiore “Arturo Prever” – Pinerolo
Sede coordinata Istituto Agrario Osasco

Anno Scolastico 2025 / 2026

PROGRAMMAZIONE ANNUALE BIENNIO

MATERIA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Corso Tecnico

Docente: prof. Barile Francesco
Prof. Alaimo Calogero

1) Ore di lavoro settimanali/annuali:

Classe	Ore settimanali	Ore annuali previste (con eventuale compresenza)
Prime	2	68
Seconde	2	68

2) **Libri di testo adottati** (per ogni singola classe):

Corso Professionale e Tecnico: Classi 1° EDUCARE AL MOVIMENTO Fiorini Lovecchio, Coretti, Bocchi casa editrice DEA Marietti

Classi 2° EDUCARE AL MOVIMENTO Fiorini Lovecchio, Coretti, Bocchi casa editrice DEA Marietti

N.B.: chi non adotta il libro di testo indichi su quali materiali intende lavorare e in che modo i ragazzi possono accedervi

3) **Strumenti di lavoro** (libri, dispense, fotocopie, sussidi audiovisivi e informatici, ecc.):

Audiovisivi – Fotocopie – lezioni pratiche tenute da esperti

4) **Finalità generali dello studio della disciplina:** (*trarre dalle linee guida*)

Favorire negli studenti il perseguimento di un equilibrato sviluppo ed un consapevole benessere psico-fisico. Lo studente al termine del percorso quinquennale deve acquisire apprendimenti che lo mettano in grado di avere consapevolezza dell'importanza che riveste la pratica dell'attività motoria – sportiva per il benessere individuale e collettivo e di saperla esercitare in modo efficace. Prospettiva finalizzata a valorizzare la funzione educativa e non solo addestrativa delle scienze motorie e sportive.

5) **Finalità specifiche dello studio della disciplina:** (*trarre dalle linee guida*)

Favorire negli studenti non solo il perseguimento della corretta pratica sportiva, attraverso corrette azioni motorie, ma anche il

perseguimento di obiettivi finalizzati alla consapevolezza del ruolo culturale che ha questa disciplina. In modo trasversale si collega all'educazione alla cittadinanza attiva, utilizzando le regole sportive come strumento di convivenza civile, la partecipazione alle gare scolastiche, collaborando all'organizzazione con compiti di arbitraggio e di giuria, riconoscendo comportamenti di base funzionali al mantenimento della propria salute, conoscendo e osservando le regole di base per la prevenzione degli infortuni, adottando comportamenti adeguati in campo motorio e sportivo.

6) Metodologie utilizzate (lezione frontale, lezione interattiva e/o partecipata, cooperative learning, spiegazioni e/o attività pratiche, ecc.):

Vengono utilizzate: lezioni pratiche in grande e piccolo gruppo, lezioni frontali, lezioni interattive e/o partecipate.

Per far sì che gli allievi diventino parte attiva del processo educativo e che si sentano coinvolti in prima persona, si parte in genere da una impostazione globale delle attività per passare poi al lavoro analitico, per consentire ad ognuno di prendere coscienza degli aspetti più specifici di ogni gesto motorio. Si cerca sempre di lavorare in modo da avere un continuo coinvolgimento di tutto il gruppo evitando inutili momenti di attesa. Si articolano le lezioni in modo da rendere l'attività il meno ripetitiva possibile per tenere viva l'attenzione degli allievi.

Si alternano proposte di lavoro di tipo strutturato, semi-strutturato e in parte anche libero.

Si propongono molte attività di gioco di gruppo e di squadra per sviluppare nei ragazzi il giusto agonismo e tenere il più possibile vivo il loro impegno e il loro interesse.

7) Strategie per il recupero:

Il recupero verrà svolto sempre in itinere durante la usuale attività. Gli alunni in difficoltà verranno seguiti con particolare attenzione durante le lezioni con interventi immediati e mirati adeguati alle loro singole potenzialità.

PROGRAMMAZIONE ANNUALE

ABILITÀ PREVISTE DALLE LINEE GUIDA PER IL BIENNIO e Obiettivi minimi

<u>ABILITÀ biennio</u> RIPORTARE LE ABILITÀ PREVISTE DALLE LINEE GUIDA	<u>Abilità minime del biennio</u> Definire le abilità minime per BES
L'attività pratica varierà, secondo l'età, per intensità e durata di lavoro. Nelle classi prime e seconde sarà dedicata più attenzione all'elaborazione degli schemi motori di base, alla consapevolezza del movimento ed alla socializzazione e al rispetto delle regole per la buona convivenza civile. Il raggiungimento delle abilità saranno monitorate anche con test pratici relativi alle capacità coordinative e condizionali (equilibrio statico e dinamico, coordinazione oculo manuale – spazio temporale, destrezza/ forza, resistenza, velocità, mobilità) con o senza attrezzi. Test specifici sulle discipline sportive trattate (pallavolo, pallamano, Hitball, calcio cinque, badminton, tennis tavolo,) giochi popolari non convenzionali (frisbee ecc).	Per quanto riguarda gli obiettivi minimi da perseguire ogni studente al termine dell'anno dovrà dimostrare: • Di aver ottenuto un sufficiente miglioramento delle sue capacità coordinative: coordinazione generale, orientamento spazio-temporale, lateralizzazione, equilibrio posturale dinamico, senso del tempo e del ritmo rispetto alla situazione di partenza. • Di aver ottenuto un sufficiente miglioramento nelle capacità condizionali (resistenza, velocità, forza, mobilità articolare) • Di aver appreso, anche se in forma elementare, nuovi gesti motori. • Di saper praticare, anche se in forma elementare, una disciplina individuale e una di squadra fra quelle svolte nell'arco dell'anno e conoscerne il regolamento di gioco di base. • Di conoscere in modo sufficientemente chiaro gli argomenti teorici trattati • Di aver frequentato almeno i due terzi di lezioni pratiche teoriche, aver lavorato con sufficiente impegno.

Verranno utilizzati strumenti dispensativi e compensativi (tempi più lunghi per l'assimilazione di test pratici, concetti teorici e dei nuovi gesti motori). Eventuale possibilità diripetere il gesto motorio e le conoscenze fino all'acquisizione.

CONOSCENZE, CONTENUTI ED OBIETTIVI MINIMI DELLA CLASSE PRIMA (ARTICOLARE LE CONOSCENZE PREVISTE DALLE LINEE GUIDA NEI CONTENUTI E DEFINIRE GLI OBIETTIVI MINIMI PREVISTI PER CIASCUNA CONOSCENZA)

Conoscenze (RIPRESE DALLE LINEE GUIDA) - Potenziamento fisiologico: miglioramento della resistenza generale, della forza, della velocità e della mobilità articolare. - Rielaborazione degli schemi motori di base: coordinazione generale, orientamento spazio-temporale, lateralizzazione, equilibrio posturale e dinamico, senso del tempo e del ritmo. - Conoscenza della più vasta gamma di abilità motorie e di gesti tecnici semplici	Contenuti ATTIVITÀ PRATICHE Corse con variazione di ritmo, intensità e durata, andature preatletiche, stretching, circuit-training, esercizi a corpo libero svolti con resistenze naturali, staffette, esercizi a coppie di opposizione e resistenza, esercizi di riporto svolti con piccoli attrezzi, esercizi ai grandi attrezzi. Esercizi respiratori e di presa di coscienza . Esercizi di mobilizzazione attiva Percorsi di destrezza Test primo trimestre: elevezione, lancio dorsale pallone da basket da seduti, Cooper 12 minuti di corsa, velocità navetta 30 m Test pentamestre: coordinazione saltelli alla funicella 30", addominali alla spalliera, circuito a stazioni, percorso a tempo Pallavolo: fondamentali individuali (palleggi, bagher, battuta di sicurezza), gioco tre contro tre con regolamento semplificato. Test trimestre: 30" palleggio sul capo, 15 palleggi di precisione al muro, tecnica battuta dal basso.	Obiettivi e contenuti minimi: i contenuti minimi disciplinari in termini di conoscenze che ogni allievo dovrebbe possedere per arrivare alla sufficienza. Gli stessi obiettivi si applicano agli allievi disabili con valutazione conforme e agli allievi con BES (non DSA). Gli obiettivi e i contenuti sono quelli citati in precedenza, propri del biennio, ma dosati e calibrati sulle effettive potenzialità della classe e di ogni allievo. Verranno utilizzati dove è previsto strumenti dispensativi e compensativi (tempi più lunghi per l'assimilazione di test pratici, concetti teorici e dei nuovi gesti motori). Eventuale possibilità di ripetere il gesto motorio e le conoscenze teoriche fino all'acquisizione. Al termine della classe prima l'alunno dovrà dimostrare di aver raggiunto le minime competenze motorie di base attraverso i gesti motori semplici acquisiti attraverso le attività motorie proposte.
---	--	---

Conoscenza delle norme fondamentali di comportamento ai fini della prevenzione degli infortuni ed in caso di incidente durante la pratica sportiva.

- Conoscenza delle norme igieniche da seguire durante la pratica di attività sportive.
- Consolidamento del carattere, sviluppo della socialità e del senso civico.

OBIETTIVI EDUCATIVI COMPORTAMENTALI

Hit-ball: fondamentali individuali di tiro, alzate, passaggio, semplici regole di gioco, gioco di squadra.

Badminton: tecniche del movimento, regole di gioco, giochi propedeutici uno contro uno.

Tennis tavolo: fondamentali individuali (colpo dritto- rovescio, battuta) e regole di gioco.

Pallamano: fondamentali individuali (palleggi, passaggi, tiri in doppio appoggio e in sospensione,

Regole generali del gioco. Gioco di squadra 4:4. quando e se sarà possibile

Basket: fondamentali individuali palleggi, passaggi tiri a canestro. Gioco 3:3 solo se equo, quando sarà possibile

Calcio 5: fondamentali individuali passaggi, tiri e gioco solo se e quando sarà possibile

Test pentamestre: tecnica dei fondamentali individuali.

• Partecipazione costruttiva al dialogo educativo. • Rispetto delle regole scolastiche e specifiche della palestra • Assiduità nella frequenza scolastica e dell'adisciplina • Puntualità nella consegna delle	Atletica Leggera: alcune specialità: velocità, resistenza Fondamentali individuali e di squadra e regole di alcuni giochi sportivi non convenzionali Eventuali attività proposte da enti sportivi del territorio utili alla crescita motoria e personale degli allievi	
---	---	--

giustificazioni delle assenze. • Puntualità nella consegna dei lavori assegnati rispetto alle scadenze • Rispetto nei confronti dei componenti della classe, del personale ausiliario, degli insegnanti, delle strutture ed attrezzature scolastiche.	CONOSCENZE TEORICHE Per tutti gli allievi: Norme igieniche da seguire durante la praticadi attività sportive Conoscenze teoriche relative all’attività svolta in palestra e agli sport trattati. Educazione civica: • Il fair play (argomento trattato prevalentemente nell’aspetto pratico) Per gli allievi esonerati per ragioni di salute dalle lezioni pratiche: • regolamento dei giochi di squadra svolti dalla classe • saper spiegare le attività svolte a lezione • rispondere a quesiti scritti o orali. • relazioni o ricerche approfondite su argomenti concordati • Posizioni fondamentali della ginnastica • Attività in ambiente naturale • Regolamento della pallavolo e frisbee	
---	--	--

CONOSCENZE, CONTENUTI ED OBIETTIVI MINIMI DELLA CLASSE SECONDA (ARTICOLARE
LE CONOSCENZE PREVISTE DALLE LINEE GUIDA NEI CONTENUTI E DEFINIRE GLI OBIETTIVI MINIMI PREVISTI PER CIASCUNA CONOSCENZA)

Conoscenze (RIPRESE DALLE LINEE GUIDA)	Contenuti DAL LIBRO in adozione	Obiettivi e contenuti minimi: i contenuti minimi disciplinari in termini di conoscenze che ogni allievo dovrebbe possedere per arrivare alla sufficienza. Gli stessi obiettivi si applicano agli allievi disabili con valutazione conforme e agli allievi con BES (non DSA).

• Potenziamen o fisiologico: miglioramento della resistenza generale, della forza, della velocità e della mobilità articolare. • Rielaborazione degli schemi motori di base: coordinazione generale, orientamento spaziotemporale, lateralizzazione, equilibrio posturale e dinamico, senso del tempo e del ritmo. • Acquisizione e perfezionamento qualitativo della più vasta gamma di abilità motorie e di gesti tecnici. • Conoscenza delle norme fondamentali di	ATTIVITÀ PRATICHE Corse con variazione di ritmo, intensità e durata, andature preatletiche, stretching, circuit-training, esercizi a corpo libero svolti con resistenze naturali, staffette, esercizi a coppie di opposizione e resistenza, esercizi di riporto svolti con piccoli attrezzi, esercizi ai grandi attrezzi. Esercizi respiratori e di presa di coscienza Esercizi di mobilitazione attiva Percorsi di destrezza Test primo trimestre: capovolte, salto in lungo da fermo, Cooper 12 minuti di corsa Test pentamestre: esercizio alla spalliera, lancio palla medica 2kg dorso al muro , circuito a stazioni, percorso a tempo, velocità in palestra 20 m Pallavolo: fondamentali individuali: palleggio, bagher, battuta di sicurezza. Test primo trimestre: palleggio in spostamento dx-sx bagher avanti – dietro, battuta di sicurezza a zona.	Gli obiettivi e i contenuti sono quelli citati in precedenza, propri del biennio, ma dosati e calibrati sulle effettive potenzialità di ogni allievo e della classe. Verranno utilizzati dove è previsto strumenti dispensativi e compensativi (tempi più lunghi per l'assimilazione di test pratici, concetti teorici e dei nuovi gesti motori). Eventuale possibilità di ripetere il gesto motorio e le conoscenze teoriche fino all'acquisizione. L'alunno al termine della classe seconda dovrà aver colmato eventuali lacune nella formazione motoria di base, ma anche finalizzato e valorizzato le proprie potenzialità.
--	--	--

comportamento ai fini della prevenzione degli infortuni ed in caso di incidente durante la pratica sportiva. • Conoscenza dell'enorme igiene da seguire durante la pratica di attività sportive. • Consolidamento del carattere, sviluppo della socialità e del senso civico.	Gioco tre contro tre, inizio gioco sei contro sei con regolamento semplificato. Pallamano: fondamentali individuali (passeggi, passaggi, tiri in doppio appoggio e in sospensione, rigori), gioco di squadra 4:4 regole generali del gioco. Test pentamestre: percorso con fondamentali individuali Pallacanestro: fondamentali individuali (passeggi, passaggi, tiri in doppio appoggio, in sospensione e gioco tre contro tre con regolamento semplificato). Hit-ball : fondamentali individuali di tiro, alzata e passaggio gioco di squadra attacco ed difesa, principali regole di gioco. Calcio 5 fondamentali individuali e di squadra: passaggio, tiro in porta, lo stop, lapresa del portiere, gioco 5:5. Badminton: tecniche del movimento, regole di gioco, approccio gioco uno contro uno, Tennis tavolo: fondamentali individuali (colpo dritto- rovescio, battuta) e regole di gioco. Gioco uno contro uno. Atletica Leggera: alcune specialità: velocità, resistenza, mezzofondo, getto del peso, staffetta. Fondamentali individuali e di squadra e regole di alcuni giochi sportivi non convenzionali	
---	---	--

	Eventuali attività proposte da enti sportivi del territorio utili alla crescita motoria e personale degli allievi CONOSCENZE TEORICHE Per tutti gli allievi: Norme igieniche da seguire durante la pratica di attività sportive Conoscenze teoriche relative all'attività svolta in palestra agli sport trattati. Educazione civica: sport e solidarietà (argomento trattato prevalentemente nell'aspetto pratico con lezione in presenza e teorico con dad) Per gli allievi esonerati per ragioni di salute dalle lezioni pratiche: • regolamento dei giochi di squadra svolti dalla classe • saper spiegare le attività svolte a lezione • rispondere a quesiti scritti o orali. • relazioni o ricerche approfondite su argomenti concordati	
--	---	--

9) STRUMENTI DI VALUTAZIONE, E NUMERO MINIMO PROVE QUADRIMESTRALI

Prove pratiche. Osservazioni da parte del docente durante le attività. Il numero delle prove pratiche sarà indicativamente 3/4 a periodo. E' prevista una valutazione relativa all'educazione civica. Inoltre è prevista anche una valutazione soggettiva da parte del docente una per trimestre e una per il pentamestre che terrà soprattutto in considerazione l'impegno e la partecipazione attiva alle lezioni, la serietà nell'affrontare le attività proposte e i contributi sportivi apportati dagli allievi, la fantasia sportiva la collaborazione e disponibilità verso i compagni durante le attività. I riposi dall'attività pratica sono stati concordati 2 nel trimestre e 2 nel pentamestre.

Solo per le classi quinte: teoria il doping, la sana l'alimentazione, l'alimentazione dello sportivo e il regolamento di tutti i giochi sportivi trattati e le tecniche di riscaldamento.

10) CRITERI DI VALUTAZIONE

Gli strumenti usati per la verifica formativa sono:

Test motori, l'osservazione costante degli allievi durante le lezioni e la correzione continua degli esercizi durante il loro svolgimento. Per la verifica sommativa delle abilità pratiche si fa uso di griglie osservative, test e prove motorie di vario genere.

Per verificare le conoscenze teoriche acquisite si fa uso di quesiti soprattutto orali durante l'attività pratica, ma anche prove strutturate e semi strutturate, relazioni su argomenti trattati o concordati con l'insegnante (in particolare per gli allievi esonerati da l'attività pratica) Ai fini della valutazione del trimestre e pentamestre si tiene conto:

- dei risultati delle verifiche pratiche e teoriche
- del numero di lezioni svolte praticamente durante il quadrimestre da ogni alunno, considerando che la non partecipazione all'attività pratica senza adeguate motivazioni è un elemento penalizzante
- del grado di impegno, partecipazione e disponibilità dimostrati da ciascun alunno durante le lezioni.
- della partecipazione degli alunni ai Campionati Studenteschi e ai vari tornei organizzati dalla rete pinerolese o dall'Ufficio Ed. Fisica di Torino o da altri enti sportivi.
- della partecipazione ad attività sportiva agonistica extrascolastica degli allievi

Al termine dell'anno l'alunno dovrà aver sviluppato le competenze relative ad uno dei livelli sotto descritti:

Livello base (voto 6/10): lo studente effettua esercizi ginnici semplici e la pratica di alcuni fondamentali individuali di un gioco sportivo, i situazioni note, mostrando di possedere conoscenze e abilità essenziali e di saper applicare regole e procedure fondamentali. Conosce schematicamente gli argomenti teorici del programma.

Livello intermedio (7-8/10): lo studente effettua esercitazioni ginnico-sportive adattandosi al meglio in situazioni motorie complesse anche non note, compie scelte appropriate, mostrando di saper utilizzare le conoscenze e le abilità acquisite. Oltre a conoscere gli argomenti teorici del programma riesce ad approfondirli.

Livello avanzato (9-10/10): lo studente effettua esercitazioni ginnico- sportive adattandosi al meglio in situazioni motorie non note, pratica almeno uno sport a livello agonistico, mostrando padronanza nell'uso delle conoscenze e delle abilità. Nella teoria conosce perfettamente gli argomenti trattati e sa proporre e sostenere le proprie opinioni e assumere autonomamente decisioni consapevoli.

GRIGLIA DI VALUTAZIONE DEL DIPARTIMENTO (nel caso di discipline con valutazione sia scritta che orale, inserire entrambe le griglie)

Le griglie di valutazione dei test proposti sono reperibili sui testi adottati dalle singole classi o da griglie predisposte dai docenti tenendo conto del livello motorio degli alunni relativamente alle discipline sportive trattate e alle attività proposte durante le lezioni.

GRIGLIA DI VALUTAZIONE.

Gli insegnanti di scienze motorie concordano la seguente griglia di valutazione al termine del trimestre e pentamestre:

- Il **voto 9/10** sarà dato agli alunni che

A – mostrano notevole interesse e predisposizione per la disciplina

B – rispettano le regole e il materiale della palestra

C – portano sempre l'abbigliamento adatto per svolgere le attività pratiche

D –acquisiscono movimenti complessi e li esprimono in maniera raffinata in tutte le attività

E – organizzano le conoscenze acquisite per realizzare progetti motori autonomi e finalizzati

F – eccellono in una disciplina sportiva che praticano ad un livello buono.

G - Nella teoria conoscono perfettamente tutti gli argomenti trattati e sanno proporre e sostenere le proprie opinioni e assumere autonomamente decisioni consapevoli.

- Il **voto 8** sarà dato agli alunni che:

A – mostrano interesse costante, portano il materiale occorrente e rispettano le regole

B – mostrano capacità coordinative e condizionali abbastanza sviluppate nelle varie discipline sportive.

C – Conoscono gli argomenti teorici trattati in maniera approfondita ed esauriente.

- Il **voto 7** sarà dato agli alunni che:

A – partecipano assiduamente e mostrano interesse per la disciplina

B – migliorano in maniera significativa le capacità condizionali e coordinative anche se commettono delle imprecisioni nell'espressione di qualche gesto motorio di difficoltà medio-alta.

C – conoscono quasi tutti gli argomenti teorici trattati in maniera esauriente.

- Il **voto 6** sarà dato agli alunni che:

A – partecipano in maniera non sempre costante

B – elaborano gli schemi motori in maniera semplice

C – **oppure pur mostrando qualche difficoltà nell'apprendimento motorio si applicano con impegno e costanza**

D – **oppure possiedono buone qualità motorie che non usano e non sfruttano in maniera adeguata.**

E – Conoscono buona parte, anche se in maniera schematica, gli argomenti teorici trattati.

- Il **voto 5** sarà dato agli alunni che:

A – partecipano e s'impegnano in maniera saltuaria nonostante le continue sollecitazioni da parte del docente

B – mostrano difficoltà ad incrementare le capacità condizionale e coordinative

C – conoscono in maniera superficiale e con qualche lacuna una parte degli argomenti teorici trattati.

- Il **voto 4** sarà dato agli alunni che:

A – mostrano una scarsa partecipazione ed un impegno molto superficiale

B – conoscono appena qualche argomento teorico trattato e con molte lacune nella esposizione.

- I **voti 1/2/3** saranno dati agli alunni che:

A – hanno un rifiuto totale per le attività motorie e sportive, e una conoscenza quasi nulla degli argomenti teorici trattati.

N.B. Per gli alunni esonerati nella parte pratica, vale quanto scritto nella programmazione dei contenuti e facendo riferimento per la valutazione quanto esposto nella griglia.

Osasco, 20-11-2025

Dipartimento di scienze motorie e sportive: prof.ssa Monica Vaschetto