



ISTITUTO DI ISTRUZIONE SECONDARIA SUPERIORE STATALE
“FRANCESCO SAVERIO NITTI”
ISTITUTO TECNICO SETTORE ECONOMICO
LICEO SCIENTIFICO – Liceo Scientifico opzione SCIENZE APPLICATE
Liceo Scientifico ad indirizzo SPORTIVO
Liceo delle Scienze Umane con opzione Economico Sociale
Via J.F. Kennedy, 140/142 – 80125 Napoli – Tel. 081.5700343 – Fax 081.5708990 – C.F. 94038280635
Sito web: <http://www.isnitti.gov.it> - e-mail: nais022002@istruzione.it - posta certificata: nais022002@pec.istruzione.it
40° DISTRETTO SCOLASTICO\



PROGRAMMAZIONE DIPARTIMENTALE CLASSE QUINTA LICEO SPORTIVO

DISCIPLINA: DISCIPLINE SPORTIVE

ANNO SCOLASTICO: 2023/2024

INDIRIZZO: LICEO SCIENTIFICO SPORTIVO

CAPO DIPARTIMENTO: PROF.SSA GUSMAN

DOCENTI DEL DIPARTIMENTO: BRONDOLIN, FRANCO, GUSMAN, PEZZULLO, ZEOLI.

Tavola di programmazione relativa al primo trimestre – Classe Quinta

Competenze	Abilità/Capacità	Conoscenze	Attività didattiche	Strumenti	Tempi
Comunicare – Partecipare	Saper condurre una seduta di allenamento o un'attività motoria utilizzando una terminologia adeguata	L'apprendimento motorio Le metodologie dell'allenamento	Percorsi psicomotori , circuiti di destrezza, esercizi di stimolo e propedeutici	Spazi aperti e chiusi Attrezzi in dotazione CD musicali	2 ore
Progettare – Organizzare – Individuare collegamenti	Selezionare ed ideare compiti motori in base alle richieste tecnico - tattiche	Tecnica e tattica di base degli sport proposti	Esercitazioni pratiche individuali	Spazi aperti e chiusi Attrezzi in dotazione CD musicali	4 ore
Progettare – Organizzare le conoscenze – individuare nessi e relazioni	Saper gestire in modo autonomo le varie fasi dell'allenamento in funzione dell'attività da svolgere e del contesto	Esercizi di riscaldamento, preatletici specifici con la corretta esecuzione tecnica	Esercitazioni pratiche con piccoli e grandi attrezzi	Spazi aperti e chiusi Attrezzi in dotazione CD musicali	2 ore
Agire responsabilmente – Partecipare - Collaborare	Individuare l'idoneità degli spazi e delle attrezzature a disposizione	Codici di Comportamento (norme di igiene, distanziamento, assistenza preventiva, sicurezza, prevenzione, ed. alla salute)	Esercizi di tecnica e di assistenza	Spazi aperti e chiusi Attrezzi in dotazione	2 ore

Saper utilizzare le proprie conoscenze motorie ed applicarle in un contesto specifico	Arricchimento degli schemi motori applicativi delle varie discipline	Esercizi ed attività complesse relative all'equilibrio dinamico, all'anticipazione motoria, al timing	Esercitazioni tecniche, analitiche e globali Prove pratiche,	Palestra, palloni	6 ore
Collaborare – partecipare – organizzare le conoscenze	Saper praticare uno sport di squadra e/o individuale	Elementi tattici delle discipline proposte	Esercitazioni tecniche, analitiche e globali Prove pratiche	Spazi aperti e chiusi Attrezzi in dotazione	4 ore
Modulo PCTO	Gestione di un gruppo in uno sport di squadra,	Metodologie specifiche dell'allenamento	Da definire	Schede di autovalutazione, test, prove pratiche e simulazioni	2 ore

Tavola di programmazione relativa al secondo trimestre – Classe quinta

Competenze	Abilità/Capacità	Conoscenze	Attività didattiche	Strumenti	Tempi
Comunicare - partecipare	Saper individuare le varie metodologie di allenamento in funzione degli obiettivi	Le capacità condizionali in relazione agli sport proposti	Circuiti, es. con attrezzi	Spazi aperti e chiusi. Attrezzi in dotazione CD musicali	4 ore

Agire responsabilmente – Partecipare - Collaborare	Saper svolgere più ruoli delle varie discipline	Tattica dei vari sport proposti	Esercitazioni tecniche, analitiche e globali Prove pratiche	Spazi aperti e chiusi Attrezzi in dotazione	6 ore
Saper utilizzare le proprie conoscenze motorie applicandole in un contesto	Scegliere fra gli schemi motori la risposta più idonea alla richiesta dinamica	Attività complesse relative alla coordinazione, all'equilibrio dinamico, all'anticipazione motoria, al timing	Esercitazioni tecniche, analitiche e globali Prove pratiche	Palestra, palloni	4 ore
Collaborare – partecipare – organizzare le conoscenze	Pratica di uno sport di squadra e/o individuale	Tattiche degli sport prescelti	Esercitazioni pratiche e teoriche	Fase play, schede di autovalutazione	6 ore
Modulo PCTO	Gestione di un gruppo in uno sport individuale	Regole basilari dello sport individuale, metodologie specifiche dell'allenamento, attività di avviamento	Attività connesse al percorso prescelto	Schede di autovalutazione, test, prove pratiche e simulazioni	2 ore

Tavola di programmazione relativa al terzo trimestre – Classe Quinta

Competenze	Abilità/Capacità	Conoscenze	Attività didattiche	Strumenti	Tempi
-------------------	-------------------------	-------------------	--------------------------------	------------------	--------------

Progettare- organizzare le conoscenze – individuare nessi e relazioni	Organizzare autonomamente un’attività in base agli spazi, al numero dei partecipanti, al tempo a disposizione	Regole, tecniche e tattiche degli sport con particolare riferimento allo sport inclusivo	Esercitazioni pratiche individuali	Spazi aperti e chiusi Attrezzi in dotazione, Cd musicali	2 ore
Agire responsabilmente – partecipare - collaborare	Saper svolgere il ruolo di arbitro nelle discipline proposte	Codici di comportamento, regolamenti sportivi	Esercitazioni virtuali di arbitraggio	Spazi aperti e chiusi Attrezzi in dotazione	3 ore
Saper utilizzare le proprie conoscenze motorie applicandole in un contesto	Controllo psicomotorio, e arricchimento dei prerequisiti strutturali e funzionali	Esercizi ed attività complesse relative alla coordinazione, all’equilibrio dinamico, all’anticipazione motoria, al timing	Esercitazioni pratiche, tecniche e globali	Palestra, palloni	4 ore
Collaborare – partecipare – organizzare le conoscenze	Saper praticare uno sport di squadra e/o individuale	Tattiche degli sport di squadra prescelti	Esercitazioni	Partite Prove pratiche	8 ore
				Schede di autovalutazione a percentuale di riuscita	
Reperire informazioni – organizzare conoscenze – individuare nessi e relazioni	Individuare i punti cardine dell’evoluzione di uno sport	Attualità dello sport paralimpico	Filmati, web, dvd	Elaborazioni scritte/ orali/ multimediali	3 ore

Modulo PCTO	Saper collaborare nell'ambito del gruppo, individuando i propri punti di forza e/o di debolezza	Codici di comportamento, regolamenti sportivi	Spazi aperti e chiusi Attrezzi , Libro di testo, CD musicali	Schede di autovalutazione Test Prove pratiche	2 ore
-------------	---	---	--	---	-------

OBIETTIVI MINIMI CLASSE QUARTA

Competenze	Abilità/Capacità	Conoscenze	Attività didattica	Strumenti
Saper individuare le proprie capacità ed i propri limiti; saper gestire la motricità coordinativa generale e fine in relazione a diverse situazioni motorie; capacità di saper affrontare una situazione imprevista (adattamento e trasformazione); saper scegliere le attività più idonee alle proprie potenzialità; saper riconoscere comportamenti pericolosi per lo stile di vita; saper intervenire in caso di infortuni comuni.	Eseguire esercizi preatletici generali e specifici per le varie discipline sportive; eseguire le tecniche di base di almeno una attività sportiva individuale e di una di squadra; riconoscere e valutare atteggiamenti e posture (linguaggio del corpo) all'interno dei rapporti interpersonali.	Conoscere gli elementi per valutare la propria azione motoria e quella degli altri; conoscere le problematiche legate allo sport anche paralimpico ed alle attività fisiche; conoscere un vasto ventaglio di attività fisiche e sportive.	Come sopra programmata	Tutte le attrezzature a disposizione

BES Saper individuare le proprie capacità ed i propri limiti; saper scegliere le attività più idonee alle proprie potenzialità; saper riconoscere comportamenti pericolosi per lo stile di vita; saper intervenire in caso di infortuni comuni.	BES Eseguire esercizi preatletici generali e specifici per le varie discipline sportive; eseguire le tecniche di base di almeno una attività sportiva individuale e di una di squadra; riconoscere e valutare atteggiamenti e posture (linguaggio del corpo) all'interno dei rapporti interpersonali. Controllo delle emozioni e dell'ansia, rispetto delle regole della palestra e della disciplina, partecipazione all'attività fisica, collaborazione in piccoli gruppi, raggiungimento/mantenimento di un buon grado di autonomia personale, miglioramento/sviluppo/consolidamento/schemi motori di base e capacità psicomotorie (particolarmente equilibrio, mobilità articolare, strutturazione spazio-tempo).	BES Conoscere gli elementi per valutare la propria azione motoria e quella degli altri; conoscere le problematiche legate allo sport ed alle attività fisiche.	BES Secondo abilità e conoscenze dell'alunno	Tutte le attrezzature e strumenti a disposizione

PER L'ATTIVITA' DI PCTO E PER IL NUMERO DI ORE RELATIVO (PRESUMIBILMENTE H 3 PER LA DISCIPLINA) SI RIMANDA ALLA PROGRAMMAZIONE DEL COORDINATORE DELLE SINGOLE CLASSI

PROGRAMMAZIONE EDUCAZIONE CIVICA Classe Quinta

Competenze di base/Cittadinanza	Abilità/Capacità	Conoscenze
---------------------------------	------------------	------------

Il valore sociale dello sport “Nessuno escluso”	Acquisire comportamenti concludenti nell’ambito delle attività scolastiche, in ordine alle attività sportive inclusive	Conoscere lo sport paralimpico, la classificazione delle varie categorie, la storia di alcuni campioni in diverse discipline. Conoscere attività inclusive scolastiche
---	---	--

Data 12 settembre 2023

Il Capo Dipartimento

Carmela Gusman