



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 PRIMO BIENNIO 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 – Classi Prime

Competenze di base/cittadinanza	Abilità/Capacità	Conoscenze	Tempi
Comprendere i punti principali di un discorso	Utilizzare il lessico specifico	Generalità delle attività sportive. Storia dello sport	2 ore
Saper riconoscere la sequenza logica nelle informazioni	Comprendere e interpretare le richieste del docente	Terminologia tecnica e linguaggio specifico degli sport	3 ore
Consolidare gli schemi motori di base. Saper comprendere la descrizione di gesti e attività motorie.	Saper eseguire un comando dato	Esercizi di base e preatletici generali e specifici dell'atletica, dell'orienteeing, del fitness, della pallavolo e/o della pallamano e/o del basket	6 ore
Saper comprendere regole comportamentali	Rispettare le regole della palestra ed il materiale scolastico; aiutare i compagni	Codici di Comportamento (anche sicurezza, distanziamento, norme igieniche, prevenzione Ed. alla salute)	2 ore
Saper utilizzare le proprie conoscenze motorie applicandole in un contesto	Adeguare il comportamento motorio attuando il controllo del corpo	Esercizi ed attività graduate relative all'equilibrio, alla coordinazione generale, all'organizzazione spaziotemporale, al senso del ritmo applicati all'atletica, all'orienteeing, al fitness e agli sport di squadra	10 ore
Saper progettare la risposta motoria idonea al contesto. Saper riconoscere gli elementi tecnici pertinenti per l'esecuzione di un gesto	Saper praticare uno sport di squadra e/o individuale	Tecniche di base individuali di uno sport di squadra, atletica (tecnica della corsa), fitness.	8 ore
Sapersi muovere all'interno di uno spazio definito e in un contesto dato	Saper programmare la sequenza dei movimenti	Schemi tattici elementari di uno sport di squadra (teoria, eventualmente	2 ore

		pratica). Orienteering. Fitness	
--	--	---------------------------------	--

Tavola di programmazione relativa al secondo trimestre – Classi Prime

Competenze di base/cittadinanza	Abilità/Capacità	Conoscenze	Tempi
Comprendere i punti principali di un discorso. Saper riconoscere la sequenza logica nelle informazioni	Comprendere e interpretare le richieste del docente	Terminologia tecnica e linguaggio specifico degli sport	2 ore
Consolidare gli schemi motori di base. Saper comprendere la descrizione di gesti e attività motorie.	Saper eseguire un comando dato	Esercizi di base e preatletici generali e specifici dell'atletica, dell'orienteering, del fitness e degli sport di squadra.	6 ore
Saper comprendere regole comportamentali	Rispettare le regole della palestra ed il materiale scolastico. Aiutare i compagni	Codici di comportamento (anche sicurezza, distanziamento, norme igieniche, prevenzione Ed. alla salute)	2 ore
Saper utilizzare le proprie conoscenze motorie applicandole in un contesto	Adeguare il comportamento motorio attuando il controllo del corpo	Esercizi ed attività graduate relative all'equilibrio, alla coordinazione generale, all'organizzazione spaziotemporale, al senso del ritmo applicati all'atletica, al fitness, all'orienteering ed agli sport di squadra	8 ore
Saper progettare la risposta motoria idonea al contesto. Saper riconoscere gli elementi tecnici pertinenti per l'esecuzione di un gesto	Saper praticare uno sport di squadra e/o individuale	Tecniche di base individuali degli sport di squadra, atletica (tecnica della partenza nella corsa, salto in lungo), orienteering.	13 ore

Sapersi muovere all'interno di uno spazio definito e in un contesto dato	Saper programmare la sequenza dei movimenti	Schemi tattici di ricezione della pallavolo (teoria, eventualmente pratica). Orienteering	4 ore
--	---	---	-------

Tavola di programmazione relativa al terzo trimestre – Classi Prime

Competenze di base/cittadinanza	Abilità/Capacità	Conoscenze	Tempi
Saper riconoscere la sequenza logica nelle informazioni	Comprendere e interpretare le richieste del docente	Terminologia tecnica e linguaggio specifico	1 ora
Saper comprendere la descrizione di gesti e attività motorie.	Saper eseguire un comando dato	Preatletici generali e specifici delle varie discipline sportive	6 ore
Saper comprendere regole comportamentali	Cooperare in gruppo	Codici di Comportamento (anche sicurezza, norme di igiene, distanziamento, prevenzione Ed. alla salute). Sicurezza sui campi di gara e in palestra.	2 ore
Saper utilizzare le proprie conoscenze motorie applicandole in un contesto	Controllo psicomotorio e sviluppo dei prerequisiti strutturali e funzionali	Esercizi ed attività graduate relative all'equilibrio, alla coordinazione generale, all'organizzazione spaziotemporale, al senso del ritmo	3 ore
Saper riconoscere gli elementi tecnici pertinenti per l'esecuzione di un gesto	Saper modulare gli schemi motori a seconda del ruolo rivestito	Tecniche di base individuali degli sport di squadra, atletica (getto del peso), orienteering,	12 ore
Sapersi muovere all'interno di uno	Utilizzare razionalmente gli spazi a propria disposizione, non interferire	Es. a corpo libero, orienteering	6 ore

spazio definito e in un contesto dato	con gli altri durante il movimento. Esercitare l'autocontrollo e la coordinazione oculo-manuale		
Saper utilizzare e razionalizzare lo spazio rispetto alle finalità. Saper usare gli attrezzi in dotazione	Pianificare la risposta motoria ad uno stimolo dato. Conoscere qualche esercizio con gli attrezzi per sviluppare le capacità condizionali	Schemi tattici elementari dei grandi giochi sportivi (teoria ed eventualmente pratica). Tecnica di base degli esercizi e dei piccoli e grandi attrezzi	3 ore

OBIETTIVI MINIMI CLASSI PRIME

Competenze di base/Cittadinanza	Abilità/Capacità	Conoscenze
Competenze sociali e civiche (saper controllare il proprio corpo nella postura e negli atteggiamenti delle azioni quotidiane e nella vita di relazione; rispettare gli altri accettandone i limiti e favorendone l'inclusione; rispettare l'ambiente, rispettare le regole).	eseguire con padronanza le attività naturali (camminare, correre, saltare, lanciare); eseguire esercizi di coordinazione spazio-temporale in relazione agli altri in situazioni statiche e dinamiche; saper interpretare e riprodurre il comando verbale.	Conoscere le parti del corpo umano; conoscere la terminologia specifica dell'ed. fisica, conoscere gli esercizi di base e le regole principali dei grandi giochi sportivi, conoscere le principali qualità nutritive degli alimenti.
Alunni BES idem	Eseguire semplici sequenze motorie guidate e non	Conoscere le parti del corpo umano conoscere gli esercizi di base e le regole principali dei grandi giochi sportivi

PROGRAMMAZIONE EDUCAZIONE CIVICA

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

Rispettare gli altri accettandone i limiti e favorendone l'inclusione. Assumere uno stile di vita corretto.	Promuovere l'assunzione di comportamenti corretti nello sport, nel rispetto di sé e degli altri, siano essi avversari, compagni o spettatori. Essere consapevole delle conseguenze derivante dall'assunzione di determinati atteggiamenti in campo e fuori.	Conoscere le regole principali dei grandi giochi sportivi. Il fair play. Conoscere i possibili legami fra sport e camorra
--	---	--

Data 9 settembre 2022

Il Capo Dipartimento

Carmela Gusman

Tavola di programmazione relativa al primo trimestre – Classi Seconde

Competenze di base/cittadinanza	Abilità/Capacità	Conoscenze	Tempi
Comprendere i punti principali di un discorso	Utilizzare il lessico specifico	Generalità delle attività sportive. Storia dello sport	2 ore
Saper riconoscere la sequenza logica nelle informazioni	Comprendere e interpretare le richieste del docente	Terminologia tecnica e linguaggio specifico degli sport	3 ore
Consolidare gli schemi motori di base. Saper comprendere la descrizione di gesti e attività motorie.	Saper eseguire un comando dato	Esercizi di base e preatletici generali e specifici dell'atletica, dell'orienteeering, del fitness, della pallavolo e/o della pallamano e/o del basket	6 ore

Saper comprendere regole comportamentali	Rispettare le regole della palestra ed il materiale scolastico; aiutare i compagni	Codici di Comportamento (anche sicurezza, distanziamento, norme igieniche, prevenzione Ed. alla salute)	2 ore
Saper utilizzare le proprie conoscenze motorie applicandole in un contesto	Adeguate il comportamento motorio attuando il controllo del corpo	Esercizi ed attività graduate relative all'equilibrio, alla coordinazione generale, all'organizzazione spaziotemporale, al senso del ritmo applicati all'atletica, all'orienteeing, al fitness e agli sport di squadra	10 ore
Saper progettare la risposta motoria idonea al contesto. Saper riconoscere gli elementi tecnici pertinenti per l'esecuzione di un gesto	Saper praticare uno sport di squadra e/o individuale	Tecniche di base individuali di uno sport di squadra, atletica (tecnica della corsa), fitness.	8 ore
Sapersi muovere all'interno di uno spazio definito e in un contesto dato	Saper programmare la sequenza dei movimenti	Schemi tattici elementari di uno sport di squadra (teoria, eventualmente pratica). Orienteering. Fitness	2 ore

Tavola di programmazione relativa al secondo trimestre – Classi Seconde

Competenze di base/cittadinanza	Abilità/Capacità	Conoscenze	Tempi
Comprendere i punti principali di un discorso. Saper riconoscere la sequenza logica nelle informazioni	Comprendere e interpretare le richieste del docente	Terminologia tecnica e linguaggio specifico degli sport	2 ore
Consolidare gli schemi motori di base. Saper comprendere la descrizione di gesti e attività motorie.	Saper eseguire un comando dato	Esercizi di base e preatletici generali e specifici dell'atletica, dell'orienteeing, del fitness e degli	6 ore

		sport di squadra.	
Saper comprendere regole comportamentali	Rispettare le regole della palestra ed il materiale scolastico. Aiutare i compagni	Codici di comportamento (anche sicurezza, distanziamento, norme igieniche, prevenzione Ed. alla salute)	2 ore
Saper utilizzare le proprie conoscenze motorie applicandole in un contesto	Adeguare il comportamento motorio attuando il controllo del corpo	Esercizi ed attività graduate relative all'equilibrio, alla coordinazione generale, all'organizzazione spaziotemporale, al senso del ritmo applicati all'atletica, al fitness, all'orienteeering ed agli sport di squadra	8 ore
Saper progettare la risposta motoria idonea al contesto. Saper riconoscere gli elementi tecnici pertinenti per l'esecuzione di un gesto	Saper praticare uno sport di squadra e/o individuale	Tecniche di base individuali degli sport di squadra, atletica (tecnica della partenza nella corsa, salto in lungo), orienteeering.	13 ore
Sapersi muovere all'interno di uno spazio definito e in un contesto dato	Saper programmare la sequenza dei movimenti	Schemi tattici di ricezione della pallavolo (teoria, eventualmente pratica). Orienteering	4 ore

Tavola di programmazione relativa al terzo trimestre – Classi Seconde

Competenze di base/cittadinanza	Abilità/Capacità	Conoscenze	Tempi
Saper riconoscere la sequenza logica nelle informazioni	Comprendere e interpretare le richieste del docente	Terminologia tecnica e linguaggio specifico	1 ora
Saper comprendere la descrizione di gesti e attività motorie.	Saper eseguire un comando dato	Preatletici generali e specifici delle varie discipline sportive	6 ore

Saper comprendere regole comportamentali	Cooperare in gruppo	Codici di Comportamento (anche sicurezza, norme di igiene, distanziamento, prevenzione Ed. alla salute). Sicurezza sui campi di gara e in palestra.	2 ore
Saper utilizzare le proprie conoscenze motorie applicandole in un contesto	Controllo psicomotorio e sviluppo dei prerequisiti strutturali e funzionali	Esercizi ed attività graduate relative all'equilibrio, alla coordinazione generale, all'organizzazione spaziotemporale, al senso del ritmo	3 ore
Saper riconoscere gli elementi tecnici pertinenti per l'esecuzione di un gesto	Saper modulare gli schemi motori a seconda del ruolo rivestito	Tecniche di base individuali degli sport di squadra, atletica (getto del peso), orienteering,	12 ore
Sapersi muovere all'interno di uno spazio definito e in un contesto dato	Utilizzare razionalmente gli spazi a propria disposizione, non interferire con gli altri durante il movimento. Esercitare l'autocontrollo e la coordinazione oculo-manuale	Es. a corpo libero, orienteering	6 ore
Saper utilizzare e razionalizzare lo spazio rispetto alle finalità. Saper usare gli attrezzi in dotazione	Pianificare la risposta motoria ad uno stimolo dato. Conoscere qualche esercizio con gli attrezzi per sviluppare le capacità condizionali	Schemi tattici elementari dei grandi giochi sportivi (teoria ed eventualmente pratica). Tecnica di base degli esercizi e dei piccoli e grandi attrezzi	3 ore

OBIETTIVI MINIMI CLASSI SECONDE

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

Competenze sociali e civiche (saper controllare il proprio corpo nella postura e negli atteggiamenti delle azioni quotidiane e nella vita di relazione; rispettare gli altri accettandone i limiti e favorendone l'inclusione; rispettare l'ambiente, rispettare le regole).	eeguire con padronanza le attività naturali (camminare, correre, saltare, lanciare); eseguire esercizi di coordinazione spazio-temporale in relazione agli altri in situazioni statiche e dinamiche; saper interpretare e riprodurre il comando verbale.	Conoscere le parti del corpo umano; conoscere la terminologia specifica dell'ed. fisica, conoscere gli esercizi di base e le regole principali dei grandi giochi sportivi, conoscere le principali qualità nutritive degli alimenti.
Alunni BES idem	Eseguire semplici sequenze motorie guidate e non	Conoscere le parti del corpo umano conoscere gli esercizi di base e le regole principali dei grandi giochi sportivi

PROGRAMMAZIONE EDUCAZIONE CIVICA

Competenze di base/Cittadinanza	Abilità/Capacità	Conoscenze
Rispettare gli altri accettandone i limiti e favorendone l'inclusione	Essere capace di adottare comportamenti inclusivi e rispettosi dell'altro in aderenza ai valori promossi dallo sport	Il valore inclusivo dello sport: lo sport paralimpico

Data 12 settembre 2023

Il Capo Dipartimento

Carmela Gusman