

# DIPARTIMENTO DI SCIENZE MOTORIE E DIRITTO ED ECONOMIA DELLO SPORT (LICEI, SSS E ITE)

## CURRICOLO SCIENZE MOTORIE

INDIRIZZO: LICEO SCIENTIFICO, LINGUISTICO E SPORTIVO, ITE E SSS

COMPETENZE DI CITTADINANZA	AMBITI	1° BIENNIO	2° BIENNIO	5° ANNO
<b>Imparare ad imparare</b>	Abilità motorie, sportive ed espressive. Socialità	Organizzare il proprio tempo di lavoro e il tempo libero per imparare ad utilizzare conoscenze e abilità motorie. Trasferire e ricostruire autonomamente tecniche nei vari contesti.	Organizzare il proprio tempo di lavoro e il tempo libero per consolidare conoscenze e abilità motorie ed elaborare nuove competenze.	Individuare con chiarezza un obiettivo, pianificare un programma, controllarne lo svolgimento e valutare i risultati. Perfezionare il rendimento nelle diverse competenze. Essere protagonisti del proprio percorso.
<b>Progettare Risolvere problemi</b>	Abilità motorie, sportive ed espressive. Percezione di sé.	Ideare e realizzare semplici programmi di lavoro relativi alle attività motorie praticate. Percepire e interpretare le sensazioni relative al proprio corpo.	Ideare e realizzare programmi di lavoro relativi alle attività motorie praticate. Saper elaborare strategie motorie in situazioni non conosciute. Utilizzare le più evidenti percezioni (tattile, uditiva, visiva) in relazione al compito richiesto e alla situazione.	Elaborare e realizzare progetti riguardanti lo sviluppo delle proprie capacità fisiche in funzione della salute e/o della performance. Elaborare strategie motorie in situazioni non conosciute. Selezionare la risposta motoria più efficace attraverso il concetto acquisito di "anticipazione del gesto".
<b>Comunicare Collaborare e Partecipare Agire in modo autonomo e responsabile</b>	Abilità motorie, sportive ed espressive. Socialità e convivenza civile.	Saper comunicare e rispettare regole comportamentali. Relazionarsi con gli altri all'interno di un gruppo dimostrandosi disponibili ad ascoltare e collaborare in funzione di uno scopo comune. Vivere in modo equilibrato e corretto i momenti di competizione. Utilizzare l'attività motoria per ricercare, migliorare e mantenere il proprio stato di salute (mantenersi fisicamente in forma). Utilizzare un codice gestuale (arbitraggio, ecc.) Utilizzare il lessico specifico della disciplina.	Padroneggiare il controllo del corpo come strumento espressivo per gestire l'interazione nelle attività di squadra e di gruppo, comprendendo i diversi ruoli, valorizzando le proprie e le altrui capacità e gestendo le possibili conflittualità. Sapersi inserire in modo attivo nelle varie attività, far valere le proprie capacità e riconoscendo quelle dei compagni, i limiti, le regole le responsabilità.	Organizzare in modo equilibrato i momenti di competizione. Esprimersi con interventi appropriati e costruttivi. Ricercare l'autonomia personale attraverso una applicazione costante e partecipativa per valorizzare le proprie attitudini. Saper trasferire le conoscenze motorie acquisite nelle situazioni dinamiche di vita quotidiana.
<b>Individuare collegamenti e relazioni</b>	Abilità motorie, sportive ed espressive. Socialità	Trasferire e ricostruire autonomamente tecniche nei vari contesti. Utilizzare elementi tecnici pertinenti per l'esecuzione di un gesto motorio specifico. Elaborare risposte motorie efficaci in situazioni semplici.	Sapersi muovere all'interno di uno spazio ben definito e in un contesto dato. Saper rappresentare mentalmente i gesti motori e saperli riprodurre nella pratica. Utilizzare consapevolmente il linguaggio corporeo.	Individuare le risorse adeguate per risolvere situazioni di gioco e azioni motorie complesse Saper pianificare un lavoro ( programmi di allenamento, schede tecniche ecc... ) in relazione ad obiettivi specifici Commentare criticamente l'informazione relativa agli aspetti del fitness, dello sport e

				dell'alimentazione distinguendo tra fatti ed opinioni.
<b>Acquisire ed interpretare l'informazione</b>	Abilità motorie, sportive ed espressive. Percezione di sé.	Riconoscere i gesti e le azioni nei vari ambiti e individuarne gli aspetti essenziali. Interpretare il lessico specifico della disciplina e il linguaggio, l'atteggiamento e l'intenzionalità motoria. Riconoscere un codice gestuale (arbitraggio ecc...)	Saper decodificare e rielaborare rapidamente le informazioni e i gesti specifici. Discriminare le informazioni spaziali, temporali e corporee per il controllo del movimento.	Individuare i legami tra teoria e pratica. Interpretare la prestazione motoria alla luce delle diverse scienze che si occupano del movimento.
<b>Acquisire un equilibrio psicofisico attraverso la comprensione e l'affinamento del linguaggio corporeo come contributo alla comprensione di sé e degli altri</b>	Abilità motorie, sportive ed espressive. Socialità e convivenza civile.	Sviluppo della coscienza relativa alla propria corporeità come elemento di unità psicosomatica.	Maturazione della coscienza relativa alla propria corporeità come elemento di unità psico-somatica in accordo all'ambiente circostante.	Maturazione della coscienza relativa alla propria corporeità come elemento di unità psicosomatica, sia come disponibilità e padronanza motoria sia come capacità relazionale.

## PROFILO IN USCITA

Al termine del primo biennio, secondo biennio ed ultimo anno di studio lo studente dovrà essere in grado di:

<b>PRIMO BIENNIO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tollerare un lavoro sub-massimale per un tempo prolungato;</li> <li>• Vincere resistenze a carico naturale;</li> <li>• Avere un controllo segmentario del corpo</li> <li>• Svolgere compiti motori in situazioni inusuali, tali da richiedere la conquista, il mantenimento ed il recupero dell'equilibrio</li> <li>• Essere in grado di conoscere e praticare almeno uno sport di squadra ed uno individuale</li> </ul>
<b>SECONDO BIENNIO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coordinare azioni efficaci in situazioni complesse;</li> <li>• Vincere resistenze a carico aggiuntivo;</li> <li>• Praticare due sport di squadra migliorando le conoscenze tecniche e tattiche del gioco specifico;</li> <li>• Conoscere gli effetti prodotti dall'attività fisica sull'apparato scheletrico-muscolare;</li> <li>• Conoscere le problematiche e le norme di una corretta alimentazione;</li> <li>• Conoscere le principali norme di primo soccorso e prevenzione infortuni.</li> </ul>
<b>ULTIMO ANNO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere ed applicare la teoria e metodologia dell'allenamento;</li> <li>• Saper praticare almeno due giochi sportivi verso cui mostra di avere competenze tecnico tattiche e di affrontare il confronto agonistico con etica corretta;</li> <li>• Saper applicare le principali norme di primo soccorso e prevenzione infortuni;</li> <li>• Saper organizzare e gestire eventi sportivi scolastici ed extrascolastici;</li> <li>• Impegnarsi in attività ludiche e sportive in contesti diversificati, non solo in palestra e sui campi di gioco, ma anche all'aperto, per il recupero di un rapporto corretto con l'ambiente naturale e di aver un comportamento responsabile verso il comune patrimonio ambientale per la sua tutela</li> </ul>

## 2. OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO

*Gli obiettivi sono declinati per **singola classe del biennio**, riferiti all'asse culturale di riferimento (dei linguaggi, matematico, scientifico–tecnologico, storico–sociale) e articolati in Competenze, Abilità/Capacità, Conoscenze, come previsto dalla normativa sul nuovo obbligo di istruzione (L. 296/2007) e richiesto dalla certificazione delle competenze di base. Essi tengono conto delle **Indicazioni nazionali** riguardanti gli obiettivi specifici di apprendimento.*

1. POTENZIAMENTO FISIOLOGICO
2. ELABORAZIONE E CONSOLIDAMENTO DEGLI SCHEMI MOTORI DI BASE
3. CONOSCENZA E PRATICA DELLE ATTIVITA' SPORTIVE
4. CONSOLIDAMENTO DEL CARATTERE
5. SVILUPPO DELLA SOCIALITA' E DEL SENSO CIVICO
6. ATTIVITA' IN AMBIENTE NATURALE
7. EDUCAZIONE ALLA SALUTE

## 3. OBIETTIVI MINIMI

*Il Dipartimento stabilisce i seguenti obiettivi minimi **per la soglia di sufficienza** validi anche per il **recupero**. Per la classe seconda essi corrispondono al livello base della certificazione dell'assolvimento dell'obbligo di istruzione.*

Competenze	Conoscenze
Sviluppo e miglioramento della: funzione cardiocircolatoria, respiratoria, mobilità articolare, resistenza, forza, rapidità.	Degli aspetti fondamentali dei contenuti disciplinari proposti (esercitazioni e discipline sportive) e una sufficiente capacità di esecuzione degli stessi.
Percezione e relazione del proprio corpo con lo spazio e il tempo finalizzate al conseguimento di specifiche azioni e prestazioni motorie.	Degli aspetti fondamentali delle esercitazioni riferiti alle capacità coordinative e condizionali.
Essere in grado di utilizzare e coordinare globalmente (area motoria - affettiva - cognitiva) tutte le funzioni corporee, per organizzare i movimenti utili alla realizzazione delle esperienze proposte.	Delle regole e della tecnica di base, degli sport di squadra ed individuali trattati.
Saper esporre ed orientarsi in modo sufficiente sui contenuti degli argomenti trattati nella parte teorica.	Delle parti teoriche del programma, esprimendosi in modo adeguato anche con l'uso del linguaggio specifico.

## 4. METODOLOGIE DIDATTICHE

XX	Lezione frontale	X	Problem solving
X	Lezione interattiva	XXX	Attività di laboratorio
X	Lezione multimediale	XXX	Esercitazioni pratiche
X	Lettura e analisi diretta dei testi		Altro

X	Cooperative learning		
---	----------------------	--	--

#### 5. STRUMENTI/SPAZI

X	Libri di testo	X	Stage
X	Dispense, schemi, mappe	X	Campo scuola di carattere sportivo naturalistico
X	Aula multimediale	X	.....
X	Laboratorio di scienze		.....
X	Palestre		
X	Visite guidate		

#### 6. VERIFICHE E VALUTAZIONE

TIPO DI VALUTAZIONE	TIPOLOGIA DELLA VERIFICA	SCANSIONE E NUMERO DELLE VERIFICHE	
Per le valutazioni orali (opzionale)	Interrogazione orale	I periodo	1-2
		II periodo	1-2
Per le valutazioni scritte (opzionale)	Test a risposta multipla e/o a domande aperte	I periodo	1
		II periodo	1-2
Per le valutazioni pratiche	Esercitazioni pratiche e/o Test motori	I periodo	Da 1 a 3
		II periodo	Da 1 a 3

INDICATORI DI VALUTAZIONE	<i>Per la valutazione saranno adottati i criteri stabiliti dal PTOF d'Istituto, le <b>griglie</b> elaborate dal Dipartimento ed <b>allegate</b> alla presente programmazione.</i>
---------------------------	---

#### 7. RECUPERO

I principi generali che guideranno le attività di recupero saranno orientati al raggiungimento degli obiettivi minimi: superamento delle carenze per quanto riguarda la partecipazione, l'impegno e il miglioramento dell'efficienza motoria rispetto alle capacità individuali.

I docenti inoltre sottolineano la necessità di stimolare gli allievi al rispetto delle regole. Le attività di recupero saranno effettuate in itinere richiedendo agli stessi la partecipazione attiva e continua alle lezioni antimeridiane e alle eventuali attività sportive scolastiche pomeridiane, oltre che le conoscenze teoriche di argomenti trattati durante l'anno.

#### 9. PROVE COMUNI

Obiettivi specifici di apprendimento	<b>Incremento delle capacità motorie</b>
Contenuti	<b>Equilibrio, forza, flessibilità, resistenza, rapidità e destrezza.</b>
Indicatori per la valutazione	<b>Prove pratiche specifiche in relazione ai contenuti indicati.</b>
Tempi di somministrazione	<b>Tra ottobre-dicembre e fine maggio.</b>
Modalità condivisa di correzione	Tabelle di riferimento comuni.

### **1. Definizione di tempi e modalità per eventuali prove comuni di verifica.**

Le prove comuni di verifica saranno pratiche e saranno effettuate tra ottobre e dicembre di dicembre e alla fine del mese di maggio mediante test motori predisposti (differenziati per il liceo sportivo), che verteranno su alcuni aspetti della motricità in generale:

**PROVE COMUNI DI SCIENZE MOTORIE per Liceo Scientifico, Sportivo, Linguistico, Sss e Ite**

**BIENNIO :** Tonicità addominale (addominali sit-up 30") / Coordinazione ( test funicella)

**TRIENNIO :** Forza e tonicità generale ( plank) / Getto della palla medica 2 kg da seduto

**PROVE COMUNI di DISCIPLINE SPORTIVE PER IL LICEO SPORTIVO:**

**BIENNIO:** Forza e tonicità generale ( plank) / Velocità ( prova sui 30 mt.)

**TRIENNIO:** Forza arti inferiori ( salto quintuplo) / Sospensione alla spalliera

Riguardo le tabelle di valutazione, si fa riferimento ai suddetti test proposti nei libri di testo adottati dall'istituto.(vedi allegato 1,2,3,4,5)

Inoltre i Docenti concordano in linea di massima la seguente scansione periodale in **quadriestri**, fermo restando le necessità che si possono incontrare nel corso dell'anno per ogni singola classe:

### **I QUADRIMESTRE**

#### **ESERCITAZIONI PRATICHE:**

<u>Al primo biennio</u> si porranno le basi della motricità e dell'efficienza fisica in generale.	<u>Al secondo biennio</u> si svilupperanno i presupposti motori legati al potenziamento e alla prestazione fisica.	<u>Al quinto anno</u> le competenze relative alle attività motorie e sportive dovranno essere consolidate ed esplicitate nella piena consapevolezza delle proprie possibilità e capacità fisico-motorie e sportive.
--	---	--

**A) Sviluppo e potenziamento fisiologico delle capacità fisiche:**

- Resistenza aerobica:

lavoro continuo di intensità moderata mediante circuiti di esercizi, progressioni di ritmo, andature atletiche e corse su medio-lunghe distanze, tecnica di corsa.

- Forza:

esercizi a carico naturale e con piccoli attrezzi per il trofismo e la tonificazione generale; circuit-training.

- Rapidità:

esercizi di reazione a stimoli acustici e visivi; esercizi di corsa veloce; salti e lanci.

- Mobilità articolare e flessibilità:

esercizi di mobilizzazione generale e stretching, eseguiti singolarmente e a coppie.

B) Rielaborazione e affinamento degli schemi motori di base:  
esercizi di ginnastica prevalentemente a corpo libero o con l'ausilio di piccoli attrezzi,  
eseguiti in forma analitica o globale, in forma semplice o combinata.

C) Discipline e Giochi sportivi:  
approccio agli elementi di base e ai fondamentali delle discipline sportive trattate.

**Teoria:**

**I biennio:**

- assi e piani; posizioni e movimenti;
- nomenclatura del corpo umano;
- terminologia specifica del linguaggio ginnico-sportivo.
- cenni di anatomia e fisiologia umana applicata all'attività fisica e sportiva.
- elementi di primo soccorso
- La postura corretta

**II biennio:**

- conoscenze specifiche delle attività sportive trattate;
- basi della metodologia dell'allenamento e dei metabolismi energetici.

**V anno:**

- aspetti interdisciplinari legati alle scienze motorie e sportive

**II QUADRIMESTRE**

**Esercitazioni pratiche:**

Approfondimento e affinamento delle conoscenze e capacità acquisite nel primo trimestre adattate alle specifiche caratteristiche di crescita degli alunni.

Elementi di ginnastica a corpo libero e di preacrobatica con l'ausilio anche dei grandi attrezzi.

**Teoria:**

**I biennio:**

- conoscenze specifiche delle attività sportive trattate.
- approfondimento degli aspetti anatomici e fisiologici del corpo umano.

**II biennio:**

- capacità motorie (coordinative e condizionali)
- educazione alla sicurezza e educazione alimentare.
- problematiche generali riferite al benessere e alla educazione alla salute

**V anno:**

- nozioni generali della fisiologia dell'esercizio e di teoria dell'allenamento.
- aspetti individuali e sociali legati allo sport in generale e alla pratica e all'etica e ai valori delle attività sportive.

**Elaborazione di un quadro di riferimento per la valutazione, griglie.**

I docenti dopo ampio confronto decidono di elaborare e condividere il seguente quadro di riferimento per la valutazione :

INDICATORI IN ORDINE AI VALORI SOCIALI-AFFETTIVI-RELAZIONALI		VOTO
1 Accettazione delle regole e della vita di gruppo	- Pieno rispetto del regolamento della palestra e della materia - Attenzione e disponibilità verso gli altri - Ruolo positivo e collaborativo nel gruppo classe e nei confronti dell'insegnante	9/10
2 Frequenza	- Frequenza assidua e numero minimo di giustificazioni (1 al mese)	
3 Partecipazione	- Vivo interesse e partecipazione costante a tutte le attività proposte	

4 Conoscenze	Vaste e approfondite	
5 Competenze	Riesce a fornire soluzioni personali e originali.	
6 Capacità	Segue percorsi logici anche in tematiche non conosciute	
1 Accettazione delle regole e della vita di gruppo	- Rispetto delle norme fondamentali del regolamento della palestra e della disciplina - Ruolo collaborativo al funzionamento del gruppo classe - Correttezza nei rapporti interpersonali	<b>7/8</b>
2 Frequenza	- Attenzione e partecipazione costante al dialogo educativo - Assolvimento abbastanza regolare nelle consegne scolastiche	
3 Partecipazione	- Frequenza regolare o assenze sporadiche.	
4 Conoscenze	Complete	
5 Competenze	Propone autonomamente percorsi logici e applicazioni di leggi e principi.	
6 Capacità	Espone le sue conoscenze in modo sintetico ed esaustivo	
1 Accettazione delle regole e della vita di gruppo	- Episodi di mancato rispetto del regolamento della palestra . - Comportamento non sempre adeguato nel rapporto con insegnanti, compagni, personale della scuola	<b>5/6</b>
2 Frequenza	- Numerose assenze e ritardi	
3 Partecipazione	- Partecipazione discontinua all'attività didattica- Interesse selettivo	
4 Conoscenze	Frammentarie e incomplete	
5 Competenze	Applica leggi e principi, organizza logicamente le conoscenze se guidato.	
6 Capacità	Utilizza una comunicazione efficace	
1 Accettazione delle regole e della vita di gruppo	- Episodi ripetuti di mancato rispetto del regolamento della palestra . - Comportamento scorretto nel rapporto con insegnanti, compagni, personale della scuola	<b>1/4</b>
2 Frequenza	- Frequenti assenze e ripetuti ritardi	
3 Partecipazione	- Scarsa partecipazione alle lezioni e disturbo condizionante lo svolgimento delle attività didattiche	

	- Ripetute manifestazioni di disinteresse per le attività scolastiche	
4 Conoscenze	Non corrette e con lacune gravi e diffuse	
5 Competenze	Non è in grado di applicare leggi e principi basilari	
6 Capacità	Non utilizza una comunicazione efficace.	

# CURRICOLO VERTICALE DISCIPLINE SPORTIVE

## (liceo sportivo)

### Obiettivi generali della disciplina

Formare uno studente con una ampia cultura generale orientato alla conoscenza del mondo dello sport e alla pratica sportiva. fornire conoscenze, competenze ed abilita' indispensabili per l'inserimento nel mondo del lavoro e dello sport nei settori tecnici e gestionali delle federazioni e delle associazioni sportive anche attraverso il conseguimento di brevetti di istruttore, arbitro, giudice di gara, e salvataggio.

	<b>OBIETTIVI DIDATTICI</b>	<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITÀ</b>	<b>COMPETENZE</b>
<b>Primo Biennio</b>	Integrare le conoscenze di base della biologia dell'azione motoria, della meccanica applicata al movimento umano, dei meccanismi di produzione, controllo del movimento e del gesto sportivo. Acquisire nozioni sulla prestazione, misurazione e valutazione sportiva. Affinare le condotte motorie e padroneggiare i fondamentali tecnici degli sport trattati.	Conoscere i vari ritmi di corsa Conoscere le diverse tipologie di salto Conoscere le varie tipologie di lancio Conoscere l'importanza dei test motori Conoscere la regolamentazione e le caratteristiche proprie di diverse tipologie di sport quali: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sport di squadra</li> <li>• Sport individuali</li> </ul> Conoscere i concetti di forza e potenza Conoscere il concetto di spazio e di tempo in relazione ai giochi Conoscere situazioni di equilibrio statico e dinamico Conoscere la storia dello sport come storia dell'uomo; lo sport nel Medioevo e nell'Età Moderna.	Svolgere attività di corsa di diversa durata ed intensità e riconoscere le variazioni fisiologiche che esse comportano. Utilizzare le giuste tecniche di salto e di lancio variandole in base alle diverse richieste motorie. Eeguire esercizi specifici degli sport individuali quali atletica leggera, ginnastica artistica, ginnastica ritmica, orienteering. Elaborare risposte motorie efficaci in situazioni di disequilibrio Praticare gli sport di squadra (Basket, Rugby) ricoprendo i vari ruoli	Orientare in modo consapevole la propria pratica motoria e sportiva, come stile di vita finalizzato al mantenimento della salute e del benessere psico-fisico e relazionale. Scegliere consapevolmente le risposte motorie corrette in relazione agli stimoli esterni. Applicare i principi del fair play in contesti scolastici e non. Saper riconoscere ed applicare le regole dei giochi sportivi in situazioni di gioco.
<b>Secondo Biennio</b>	Ampliare la conoscenza teorica e tecnica delle specialità e delle discipline trattate nel primo biennio. Comprendere l'importanza della programmazione dell'allenamento sportivo differenziato per specializzazioni tecniche. Acquisire gli strumenti conoscitivi per rapportarsi nelle attività sportive per diversamente abili e nello sport integrato. Affinare la tecnica dei gesti sportivi e padroneggiare i fondamentali tecnici degli sport trattati.	Conoscere la regolamentazione e le caratteristiche proprie di diverse tipologie di sport quali: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sport di squadra</li> <li>• Sport individuali</li> <li>• Sport di combattimento</li> <li>• Sport combinati</li> </ul> Conoscere la metodologia dell'allenamento ed il concetto di rendimento e prestazione. Conoscere le nozioni di base del fitness Conoscere l'importanza dell'avviamento motorio, del defaticamento e dello stretching Conoscere i principi generali dell'attività motoria adattata e dello sport integrato Conoscere le principali scuole che hanno influenzato il mondo dello sport tra fine '800 e inizi '900.	Rispettare ed utilizzare le regole dei giochi sportivi. Rispettare i principi del fair play. Svolgere attività di corsa di diversa durata ed intensità e riconoscere le variazioni fisiologiche che esse comportano; gestire gli spazi di cambio nella staffetta. Eeguire esercizi specifici degli sport individuali quali Badminton, Pugilato, Scherma e Karate. Praticare gli sport di squadra (pallavolo, pallamano, calcio a 5, calcio a 11) ricoprendo i vari ruoli compreso l'arbitraggio.	Orientare in modo consapevole la propria pratica motoria e sportiva, come stile di vita finalizzato al mantenimento della salute e del benessere psico-fisico e relazionale. Utilizzare le norme organizzative e tecniche, che regolamentano le pratiche sportive in diversi contesti. Scegliere consapevolmente le risposte motorie corrette in relazione agli stimoli esterni. Applicare i principi del fair play anche in contesti non scolastici Essere in grado di svolgere compiti di giuria, arbitraggio e organizzazione di tornei.

	<b>OBIETTIVI DIDATTICI</b>	<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITÀ</b>	<b>COMPETENZE</b>
<b>Quinto anno</b>	<p>Completare la conoscenza teorica degli sport più diffusi. Ampliare il proprio bagaglio motorio attraverso la molteplicità della pratica sportiva .Comprendere l'importanza formativa e relazionale dello sport .</p>	<p>Conoscere la regolamentazione ,e le caratteristiche proprie di diverse tipologie di sport quali:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sport di squadra</li> <li>• Sport individuali</li> <li>• Sport di combattimento</li> <li>• Sport combinati</li> <li>• Sport integrato</li> </ul> <p>Conoscere la metodologia dell'allenamento ed il concetto di rendimento e prestazione . Conoscere le nozioni di base del fitness. Conoscere i principi generali dell'attività motoria adattata e dello sport integrato Conoscere la storia dello sport, dalla nascita dei Giochi Olimpici moderni fino ad oggi. Lo sport e le dittature</p>	<p>Rispettare e d utilizzare le regole dei giochi sportivi. Rispettare i principi del fair play. Svolgere attività di corsa di diversa durata ed intensità e riconoscere le variazioni fisiologiche che esse comportano, gestire gli spazi di cambio nella staffetta. Eseguire esercizi specifici dei seguenti sport: Biathlon, Tennis Tavolo e Acrosport. Praticare gli sport di squadra ricoprendo i vari ruoli compreso l'arbitraggio. Eseguire esercizi di attività adattate.</p>	<p>Orientare in modo consapevole la propria pratica motoria e sportiva, come stile di vita finalizzato al mantenimento della salute e del benessere psico-fisico e relazionale. Utilizzare le norme organizzative e tecniche, che regolamentano le pratiche sportive in diversi contesti. Applicare i principi del fair play anche in contesti non scolastici E' in grado di svolgere compiti di giuria ,arbitraggio e organizzazione di tornei in diversi contesti ambientali. Saper mettere in atto le adeguate strategie correttive degli errori di esecuzione degli sport .</p>

#### .METODOLOGIE DIDATTICHE

XX	Lezione frontale	X	Problem solving
X	Lezione interattiva	XXX	Attività di laboratorio
X	Lezione multimediale	XXX	Esercitazioni pratiche
X	Lettura e analisi diretta dei testi		Altro
X	Cooperative learning		

#### . STRUMENTI/SPAZI

X	Libri di testo	X	Stage
X	Dispense, schemi, mappe	X	Campo scuola di carattere sportivo naturalistico
X	Aula multimediale	X	.....
X	Laboratorio di scienze		.....
X	Palestre		
X	Visite guidate		

#### 6. VERIFICHE E VALUTAZIONE

<b>TIPO DI VALUTAZIONE</b>	<b>TIPOLOGIA DELLA VERIFICA</b>	<b>SCANSIONE E NUMERO DELLE VERIFICHE</b>	
Per le valutazioni orali (opzionale)	Interrogazione orale	I periodo	1-2

		II periodo	1-2
Per le valutazioni scritte (opzionale)	Test a risposta multipla e/o a domande aperte	I periodo	1
		II periodo	1-2
Per le valutazioni pratiche	Esercitazioni pratiche e/o Test motori	I periodo	Da 1 a 3
		II periodo	Da 1 a 3

INDICATORI DI VALUTAZIONE	<i>Per la valutazione saranno adottati i criteri stabiliti dal PTOF d'Istituto, le <b>griglie</b> elaborate dal Dipartimento ed <b>allegate</b> alla presente programmazione.</i>
---------------------------	---

## RECUPERO

I principi generali che guideranno le attività di recupero saranno orientati al raggiungimento degli obiettivi minimi: superamento delle carenze per quanto riguarda la partecipazione, l'impegno e il miglioramento dell'efficienza motoria rispetto alle capacità individuali.

I docenti inoltre sottolineano la necessità di stimolare gli allievi al rispetto delle regole. Le attività di recupero saranno effettuate in itinere richiedendo agli stessi la partecipazione attiva e continua alle lezioni antimeridiane e alle eventuali attività sportive scolastiche pomeridiane, oltre che le conoscenze teoriche di argomenti trattati durante l'anno.

## PROVE COMUNI

Obiettivi specifici di apprendimento	<b>Incremento delle capacità motorie</b>
Contenuti	<b>Equilibrio, forza, flessibilità, resistenza, rapidità e destrezza.</b>
Indicatori per la valutazione	<b>Prove pratiche specifiche in relazione ai contenuti indicati.</b>
Tempi di somministrazione	<b>Tra ottobre-dicembre e fine maggio.</b>
Modalità condivisa di correzione	Tabelle di riferimento comuni.

### 1. Definizione di tempi e modalità per eventuali prove comuni di verifica.

Le prove comuni di verifica saranno pratiche e saranno effettuate tra ottobre e dicembre di dicembre e alla fine del mese di maggio mediante test motori predisposti (differenziati per il liceo sportivo), che verteranno su alcuni aspetti della motricità in generale:

#### PROVE COMUNI PER IL LICEO SPORTIVO:

1. forza e tonicità generale ( plank)
2. Velocità ( prova sui 30 mt.)
3. forza arti inferiori ( salto quintuplo)
4. Sospensione isometrica alla spalliera

Riguardo le tabelle di valutazione, si fa riferimento ai suddetti test proposti nei libri di testo adottati dall'istituto.(vedi allegato 1,2,3,4,5)

### ESERCITAZIONI PRATICHE:

<u>Al primo biennio</u>	<u>Al secondo biennio</u>	<u>Al quinto anno</u>
si porranno le basi della motricità e dell'efficienza fisica in generale.	si svilupperanno i presupposti motori legati al potenziamento e alla prestazione fisica.	le competenze relative alle attività motorie e sportive dovranno essere consolidate ed esplicitate nella piena consapevolezza delle proprie possibilità e capacità fisico-motorie e sportive.

A) Sviluppo e potenziamento fisiologico delle capacità fisiche:

- Resistenza aerobica:  
lavoro continuo di intensità moderata mediante circuiti di esercizi, progressioni di ritmo, andature atletiche e corse su medio-lunghe distanze, tecnica di corsa.
- Forza:  
esercizi a carico naturale e con piccoli attrezzi per il trofismo e la tonificazione generale; circuit-training.
- Rapidità:  
esercizi di reazione a stimoli acustici e visivi; esercizi di corsa veloce; salti e lanci.
- Mobilità articolare e flessibilità:  
esercizi di mobilizzazione generale e stretching, eseguiti singolarmente e a coppie.

B) Rielaborazione e affinamento degli schemi motori di base:

esercizi di ginnastica prevalentemente a corpo libero o con l'ausilio di piccoli attrezzi, eseguiti in forma analitica o globale, in forma semplice o combinata.

C) Discipline e Giochi sportivi:

approccio agli elementi di base e ai fondamentali delle discipline sportive trattate.

#### **Teoria:**

- Test e valutazione
- I biennio:**
  - L'attività fisica come prevenzione
  - Lo sport e il fair play
  - L'ambiente di gioco
  - L'Orienteering
  - L'atletica leggera
  - Il Rugby
  - La Ginn.Artistica /Ritmica
  - La Storia dello Sport: "Dalle origini al Medioevo"

Sport di squadra: Pallavolo –Rugby- Baseball- Calcio a 5

Sport di combattimento: Karate-Judo- Scherma

- II biennio:** Storia dell'educazione fisica e degli sport:  
Dall'alto medioevo al 1600

L'avviamento motorio e il defaticamento

Lo stretching

I parametri dell'allenamento sportive

L'ATP ed i suoi sistemi di risintesi

Il badminton : la storia , i regolamenti e le sue caratteristiche

La storia dello sport come storia dell'uomo

**V anno:** IL Doping  
 Gli Sport Combinati e le loro peculiarità  
 La Storia dello Sport come Storia dell'uomo  
 Disabilità e Sport:

**2. Elaborazione di un quadro di riferimento per la valutazione, griglie.**

I docenti dopo ampio confronto decidono di elaborare e condividere il seguente quadro di riferimento per la valutazione :

INDICATORI IN ORDINE AI VALORI SOCIALI-AFFETTIVI-RELAZIONALI		VOTO
1 Accettazione delle regole e della vita di gruppo	- Pieno rispetto del regolamento della palestra e della materia - Attenzione e disponibilità verso gli altri - Ruolo positivo e collaborativo nel gruppo classe e nei confronti dell'insegnante	9/10
2 Frequenza	- Frequenza assidua e numero minimo di giustificazioni (1 al mese)	
3 Partecipazione	- Vivo interesse e partecipazione costante a tutte le attività proposte	
4 Conoscenze	Vaste e approfondite	
5 Competenze	Riesce a fornire soluzioni personali e originali.	
6 Capacità	Segue percorsi logici anche in tematiche non conosciute	
<b>INDICATORI IN ORDINE AI VALORI SOCIALI-AFFETTIVI-RELAZIONALI</b>		
1 Accettazione delle regole e della vita di gruppo	- Rispetto delle norme fondamentali del regolamento della palestra e della disciplina - Ruolo collaborativo al funzionamento del gruppo classe - Correttezza nei rapporti interpersonali	7/8
2 Frequenza	- Attenzione e partecipazione costante al dialogo educativo - Assolvimento abbastanza regolare nelle consegne scolastiche	
3 Partecipazione	- Frequenza regolare o assenze sporadiche.	
4 Conoscenze	Complete	
5 Competenze	Propone autonomamente percorsi logici e applicazioni di leggi e principi.	
6 Capacità	Espone le sue conoscenze in modo sintetico ed esaustivo	

1 Accettazione delle regole e della vita di gruppo	- Episodi di mancato rispetto del regolamento della palestra . - Comportamento non sempre adeguato nel rapporto con insegnanti, compagni, personale della scuola	<b>5/6</b>
2 Frequenza	- Numerose assenze e ritardi	
3 Partecipazione	- Partecipazione discontinua all'attività didattica- Interesse selettivo	
4 Conoscenze	Frammentarie e incomplete	
5 Competenze	Applica leggi e principi, organizza logicamente le conoscenze se guidato.	
6 Capacità	Utilizza una comunicazione efficace	
1 Accettazione delle regole e della vita di gruppo	- Episodi ripetuti di mancato rispetto del regolamento della palestra . - Comportamento scorretto nel rapporto con insegnanti, compagni, personale della scuola	<b>1/4</b>
2 Frequenza	- Frequenti assenze e ripetuti ritardi	
3 Partecipazione	- Scarsa partecipazione alle lezioni e disturbo condizionante lo svolgimento delle attività didattiche - Ripetute manifestazioni di disinteresse per le attività scolastiche	
4 Conoscenze	Non corrette e con lacune gravi e diffuse	
5 Competenze	Non è in grado di applicare leggi e principi basilari	
6 Capacità	Non utilizza una comunicazione efficace.	

# CURRICOLO DI DIRITTO ED ECONOMIA DELLO SPORT

Classi: III, IV e V Liceo scientifico ad indirizzo sportivo

## 1. OBIETTIVI EDUCATIVO DIDATTICI TRASVERSALI

*Stabilita l'acquisizione delle competenze di cittadinanza al termine del biennio dell'obbligo, sono individuati i seguenti obiettivi comuni che l'alunno deve consolidare nel corso del secondo biennio e ultimo anno.*

Padroneggiare gli strumenti espressivi e argomentativi per gestire l'interazione comunicativa verbale in vari contesti.

Leggere, comprendere ed interpretare testi scritti di vario tipo.

Produrre testi di vario tipo in relazione ai diversi scopi comunicativi.

Collocare l'esperienza personale in un sistema di regole fondato sul reciproco riconoscimento dei diritti costituzionali della persona e della collettività.

## 2. OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO

*Essi sono individuati in base alle **Indicazioni nazionali**. La scelta dei contenuti va intesa come minimo essenziale all'interno del quale è possibile ricavare percorsi e unità didattiche secondo le esigenze della classe e gli stili di insegnamento dei docenti che potranno eventualmente presentare una integrazione dettagliata.*

### CLASSE III

#### Competenze

Utilizzare il manuale sia come strumento di integrazione sia come strumento di apprendimento autonomo.

Utilizzare in modo appropriato e contestualmente corretto la terminologia giuridica ed economica.

Riconoscere l'importanza della presenza di regole giuridiche in un contesto sociale organizzato, riguardo il peso che esse assumono nelle relazioni umane e il loro legame con la formazione di un cittadino attento e consapevole.

Osservare i fenomeni giuridici ed economici ponendoli in relazione.

Collocare il sapere giuridico ed economico nella realtà quotidiana.

Utilizzare e comprendere il linguaggio giuridico economico in diversi contesti.

Comprendere che tutte le nostre azioni sia individuali sia collettive sono collegate le situazioni di necessità in cui ci troviamo e all'utilità dei beni e dei servizi di cui ci serviamo.

Riconoscere la rilevanza economica e giuridica dello sport.

#### Abilità

Individuare le caratteristiche essenziali della norma giuridica.

Distinguere le differenti fonti normative e la loro gerarchia.

Identificare i diversi soggetti del diritto e le formazioni sociali in cui operano.

Riconoscere la specificità dell'ordinamento sportivo e le sue fonti.

Riconoscere le caratteristiche della scienza economica.

Identificare i soggetti dell'ordinamento sportivo.

Riconoscere le relazioni tra le variabili economiche.

#### Conoscenze

La nozione di diritto

La norma giuridica

L'ordinamento giuridico

Le fonti del diritto

I soggetti del diritto

L'ordinamento sportivo

Le fonti del diritto sportivo

I soggetti del diritto dello sport

La nozione di economia

Microeconomia e macroeconomia

I beni e servizi economici

Il modello economico

Gli operatori economici

Le variabili economiche

<p>Identificare i soggetti economici e il loro ruolo nel circuito economico. Identificare il ruolo dello sport all'interno del sistema economico.</p>	<p>I sistemi economici Il mercato</p>
<p><b>CLASSE IV</b></p>	
<p><b>Competenze</b> Utilizzare il manuale sia come strumento di integrazione sia come strumento di apprendimento autonomo. Utilizzare in modo appropriato e contestualmente corretto la terminologia giuridica ed economica. Essere in grado di riconoscere la tutela delle diverse forme di libertà civile. Individuare l'utilità della disciplina del rapporto obbligatorio nel più ampio contesto delle relazioni socio-economiche e quindi del funzionamento dello sviluppo della società. Riconoscere l'importanza economica e sociale del contratto collocando il principio dell'autonomia contrattuale nel quadro della tutela delle libertà civili.</p>	
<p><b>Abilità</b> Analizzare i caratteri e valori su cui si basa la Costituzione Italiana. Individuare la rilevanza dello sport all'interno della Costituzione Italiana. Analizzare l'aspetto sanitario e previdenziale nell'attività sportiva. Comprendere il concetto di devianza e responsabilità giuridica. Cogliere la rilevanza giuridica delle diverse tipologie di obbligazioni. Riconoscere le caratteristiche del contratto di lavoro sportivo. Riconoscere le implicazioni economiche del fenomeno del calciomercato. Distinguere le caratteristiche del mercato e modi di operare al suo interno.</p>	<p><b>Conoscenze</b> La Costituzione italiana: origini, struttura e principi fondamentali Diritti e doveri nella Costituzione italiana Tutela sanitaria e previdenza sportiva Devianza, responsabilità e doping Le obbligazioni e il contratto Il contratto di lavoro sportivo Il mercato del lavoro Il sistema monetario e finanziario Il calciomercato</p>
<p><b>CLASSE V</b></p>	
<p><b>Competenze</b> Utilizzare il manuale sia come strumento di integrazione sia come strumento di apprendimento autonomo. Utilizzare in modo appropriato e contestualmente corretto la terminologia giuridica ed economica. Confrontare criticamente le diverse realtà storiche e sociali. Comprendere l'importanza e la complessità delle relazioni tra gli Stati. Interpretare criticamente i fenomeni sportivi. Saper applicare le conoscenze teoriche giuridiche ed economiche a situazioni professionali. Acquisire ed interpretare le informazioni, individuare collegamenti e relazioni.</p>	
<p><b>Abilità</b> Saper individuare le caratteristiche fondamentali di uno Stato. Distinguere il concetto di forma di Stato da quello di forma di governo. Riconoscere gli organi costituzionali e le loro funzioni.</p>	<p><b>Conoscenze</b> Lo Stato: elementi essenziali Forme di Stato Forme di governo L'ordinamento della Repubblica Le relazioni tra giustizia sportiva e ordinaria <u>La dimensione comunitaria e internazionale</u></p>

<p>Riconoscere il ruolo dell'Unione Europea e delle sue istituzioni.</p> <p>Riconoscere gli aspetti internazionali dello sport.</p> <p>Comprendere il ruolo dell'imprenditore e l'importanza dell'attività di impresa nel mondo socio-economico.</p> <p>Individuare il ruolo del marketing nell'attività dell'impresa anche in relazione all'attività sportiva.</p> <p>Riconoscere i diversi aspetti della convergenza sportiva</p>	<p>Imprenditore e impresa - Società sportiva</p> <p>Il settore economico sportivo</p> <p>Il marketing dello sport</p>
---	---

### 3.OBIETTIVI MINIMI

*Il Dipartimento stabilisce i seguenti obiettivi minimi per la soglia di sufficienza validi anche per il recupero*

<b>Competenze</b>	<b>Conoscenze</b>
<p>Uso appropriato del linguaggio specifico e costruzione corretta delle frasi.</p> <p>Saper individuare i nuclei essenziali delle tematiche affrontate e saper operare collegamenti non complessi nell'ambito della disciplina.</p> <p>Saper costruire mappe concettuali e/o operare sintesi essenziali.</p> <p>Saper applicare i concetti appresi a situazioni semplici e/o professionali risolvendo situazioni di media problematicità.</p>	<p><b>Classe III</b></p> <p>Nozione di diritto</p> <p>La norma giuridica</p> <p>Le fonti del diritto</p> <p>I soggetti del diritto e loro capacità</p> <p>Caratteristiche dell'ordinamento sportivo</p> <p>I soggetti del diritto dello sport</p> <p>Nozione di economia</p> <p>I beni e servizi economici</p> <p>Gli operatori economici</p> <p>I sistemi economici</p> <p>Il mercato</p>
	<p><b>Classe IV</b></p> <p>Origini, struttura e principi fondamentali della Costituzione Italiana</p> <p>Caratteri generali della tutela sanitaria e previdenziale dello sportivo</p> <p>Concetto di devianza e responsabilità giuridica</p> <p>Caratteri delle obbligazioni</p> <p>Gli elementi essenziali del contratto</p> <p>Caratteristiche del contratto di lavoro sportivo</p> <p>Il mercato del lavoro</p> <p>La moneta</p> <p>Il calciomercato</p>
	<p><b>Classe V</b></p> <p>Lo Stato ed i suoi elementi essenziali</p> <p>L'evoluzione delle forme di Stato</p> <p>Le principali forme di governo</p> <p>Gli organi costituzionali e le loro funzioni</p> <p>Caratteristiche generali dell'Unione Europea</p> <p>Definizione di imprenditore e impresa</p> <p>I diversi tipi di imprese</p> <p>Caratteristiche di una società sportiva</p>

#### 4.METODOLOGIE DIDATTICHE

Lezione frontale, lezione interattiva, lettura e analisi diretta dei testi, cooperative learning, problem solving.

#### 5. STRUMENTI/SPAZI

Libro di testo, dispense, schemi, mappe concettuali, LIM.

#### 6. VERIFICHE E VALUTAZIONE

TIPO DI VALUTAZIONE	TIPOLOGIA DELLA VERIFICA	SCANSIONE E NUMERO DELLE VERIFICHE
Valutazioni orali	Interrogazioni dal posto e alla cattedra. Interventi appropriati e pertinenti durante lezioni dialogate.	1°quadrimestre Almeno 2 verifiche tra orali e/o scritte
Valutazioni scritte	Prove strutturate e semi strutturate. Quesiti a risposta aperta.	2°quadrimestre Almeno 2 verifiche tra orali e/o scritte
INDICATORI DI VALUTAZIONE	Per la valutazione saranno adottati i criteri stabiliti dal PTOF d'Istituto	

#### 7. RECUPERO

Ogni intervento di recupero e/o sostegno mirerà a consolidare le competenze, che sono veicolate dalle conoscenze, per questo si ritiene preferibile utilizzare modalità didattiche diverse da quelle normalmente in uso nelle attività curriculari ed alternative alla lezione frontale.

Recupero in ambito curricolare: assegnazione, verifica e valutazione di compiti personalizzati e specifici assegnati dal docente per studenti che presentano carenze negli apprendimenti recuperabili autonomamente. L'organizzazione del recupero potrà avvenire:

- in orario curricolare secondo modalità stabilite dal docente in rapporto al livello della classe
- nel corso dell'anno secondo le necessità
- dopo lo scrutinio intermedio.

#### 8.POTENZIAMENTO E /O PROVE INTERDISCIPLINARI (se previste )

Non previste

#### 9. PROVE COMUNI

Per la classe III

Obiettivi specifici di	Riconoscere le caratteristiche dell'ordinamento giuridico e
------------------------	---

apprendimento	dell'ordinamento sportivo.
Contenuti	Il diritto, la norma giuridica, l'efficacia delle norme giuridiche, la sanzione, le fonti del diritto, le norme dello sport, le fonti dell'ordinamento sportivo, ecc
Indicatori per la valutazione	Griglia allegata alla prova da somministrare
Tempi di somministrazione	La prova dovrà essere svolta in un'ora e verrà somministrata nel mese di febbraio.
Modalità condivisa di correzione	A campione

Roma, 10 settembre 2025

I docenti del dipartimento

Scienze Motorie e Discipline sportive                      e Diritto ed Economia dello Sport