CLASSE: 5 ELE **MATERIA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

DOCENTE: DI GIROLAMO FRANCESCO

PROGRAMMAZIONE DIDATTICA A.S. 2026-2027

☐ **ASSE CULTURALE DEI LINGUAGGI** ☐ **ASSE CULTURALE MATEMATICO**
■ **ASSE CULTURALE SCIENTIFICO TECNOLOGICO** ☐ **ASSE CULTURALE STORICO-SOCIALE**

Competenze chiave	Competenze base	Abilità	Competenze chiave
Comunicazione nella madre lingua	Padroneggiare gli strumenti espressivi ed argomentativi indispensabili per gestire l'interazione comunicativa verbale in vari contesti	Comprendere correttamente le indicazioni del docente per applicarle nel contesto sportivo richiesto. Ricercare, raccogliere ed elaborare informazioni. Formulare ed esporre le argomentazioni in modo esauriente.	Comunicazione nella madre lingua
Competenze in scienze e tecnologie	Conoscere tempi e ritmi dell'attività motoria riconoscendo i propri limiti e potenzialità. Rispondere in modo adeguato alle varie afferenze propriocettive ed esterocettive, anche in contesti complessi per migliorare l'efficacia dell'azione motoria.	Assumere posture corrette. Elaborare risposte motorie efficaci e personali in situazioni semplici. Partecipare attivamente durante la fase di avviamento in funzione dell'attività scelta.	Competenze in scienze e tecnologie
Competenza digitale	Consiste nell' utilizzare le tecnologie dell'informazione.	Saper produrre elaborati nei vari formati digitali ed iniziare ad approcciarsi nell'utilizzo degli strumenti tecnologici sportivi.	Competenza digitale
Imparare ad imparare	L'allievo viene posto nelle condizioni generali di cogliere il	Individuare i propri errori. Partecipazione	Imparare ad imparare

	senso di ciò che sta sperimentando attraverso il movimento. Comprende il significato dell'azione che sta compiendo attraverso l'uso consapevole del feedback esterno. Definisce degli obiettivi in riferimento al compito per poi trasformarli in obiettivi di prestazione.	attiva nei lavori di gruppo. Organizzazione del lavoro; ottimizzazione dei tempi. Comprensione dei problemi e ,attraverso l'aiuto del docente, ricercare una soluzione. Cogliere il significato delle potenzialità e dei limiti delle azioni. Imitare e riprodurre movimenti semplici e azioni combinate. L'alunno si rende maggiormente autonomo nell'esecuzione del gesto.	
Competenze sociali e civiche	Creare ed attivare sinergie di azione; assumere e definire ruoli di gioco; accettare l'assegnazione del ruolo; costruire giochi di squadra.	Comunicare costruttivamente durante le azioni di gioco; manifestare tolleranza nei confronti dei compagni, degli avversari e degli arbitri; Collaborare con i compagni e supportare chi è in difficoltà.	Competenze sociali e civiche

CONTENUTI DEL PROGRAMMA:

ARGOMENTI TEORICI

SCIENZE MOTORIE:

- Allenamento sportivo.
- Dipendenze e doping.

LAVORO MUSCOLARE:

- Core stability.
- Fitness: conoscenza e utilizzo delle principali macchine isotoniche.

ATTIVITA' SPORTIVE:

- Padel: storia, dimensioni del campo di gioco, tempi di gioco, arbitraggio, fondamentali individuali e di squadra, falli e infrazioni.
- Rugby: storia, dimensioni del campo di gioco, tempi di gioco, arbitraggio, fondamentali individuali e di squadra, falli e infrazioni.
- Atletica leggera (salto in alto): storia, dimensioni degli spazi di lavoro, attrezzatura impiegata, fondamentali individuali, infrazioni e squalifiche.

ARGOMENTI PRATICI

- Padel: sviluppo e miglioramento dei fondamentali individuali e di squadra.
- Rugby: sviluppo e miglioramento dei fondamentali individuali e di squadra nella versione "touch".
- Atletica leggera: didattica del salto in alto.
- Fitness: utilizzo delle principali macchine isotoniche, cardio fitness, circuit training.

SPORT PRATICATI IN FORMA LUDICA

Pallacanestro, Pallavolo, Calcio a 5, Softball, Ultimate Frisbee, Badminton, Pickleball.

Attività del docente e metodologia	**Attività dello studente**	**Materiali, spazi e metodi utilizzati**
Si è scelto, anche per i tempi ridotti, di utilizzare una metodologia di tipo deduttivo, fornendo agli alunni di volta in volta le nozioni e le informazioni necessarie a comprendere ed a verificare l'attività proposta. Alcuni temi trattati verranno proposti agli studenti solo in forma pratica, altri anche con lezioni teoriche, mediante l'uso sia di presentazioni in power point che del libro di testo, indicandone i capitoli e le pagine utili. Sono previste inoltre eventuali attività extracurriculari, uscite didattiche, stage e tirocini.	Gli studenti sono invitati a partecipare attivamente alle attività proposte ed a sintetizzare, in maniera autonoma, quanto studiato per provare ad applicare le conoscenze realizzando un progetto motorio. **Eventuali attività extracurricolari, uscite didattiche, stage, tirocinio.** Agli alunni è proposta la partecipazione ai Nuovi Giochi della Gioventù	Lo spazio più utilizzato è la palestra con il suo corredo di grandi e piccoli attrezzi; vengono altresì utilizzati due parchi pubblici prossimi alla scuola per l'attività all'aperto. Le lezioni teoriche si svolgono con il supporto del computer, utilizzando presentazioni in power point. La presentazione, una volta preparata ed esposta, verrà caricata su Google Classroom rimanendo così a disposizione di tutti gli studenti. I testi consigliati dalla scuola sono i due volumi denominati "EDUCARE AL MOVIMENTO" di Lovecchio, Fiorini, Chiesa, Coretti, Bocchi. Editore: Marietti scuola.

VALUTAZIONE:

CONOSCENZE	VALUTAZIONE	ABILITA'	VALUTAZIONE	COMPETENZE	VALUTAZIONE
Ampie ed approfondite, risponde in modo pertinente, sa stabilire collegamenti interdisciplinari.	9-10	Padroneggia le abilità adattando e trasformando il proprio agire in modo anche originale. L'impegno è volitivo, determinato e altamente produttivo.	9-10	Applicate tecniche di gioco in modo efficace, utilizza abilità motorie in modo corretto e personale, manifesta ottimi livelli di prestazione riferiti alle proprie capacità.	Eccellente/ ottimo
Adeguate e risposte pertinenti ed approfondite.	8	Padroneggia abilità con sicurezza e precisione. L'impegno è costante e sempre produttivo.	8	Esprime un buon livello tecnico, si muove in modo sicuro ed efficace, ha buoni livelli di prestazione in tutte le proposte.	buono
Adeguate e risposte pertinenti e discretamente approfondite.	7	Padroneggia abilità in modo autonomo. L'impegno è sempre costante.	7	Esprime un discreto livello tecnico, si muove in modo sicuro ma non sempre efficace, ha discreti livelli di prestazione in tutte le attività proposte.	discreto
Essenziali e superficiali.	6	Padroneggia semplici abilità. L'impegno è	6	Utilizza schemi motori con un sufficiente controllo	sufficiente

		superficiale.		della propria motricità e della tecnica nelle discipline trattate.	
Scarse ed imprecise e risposte non del tutto adeguate.	5	Non sempre padroneggia semplici abilità. L' impegno è saltuario.	5	Difficoltà nel controllo e nell'esecuzione di semplici sequenze motorie.	mediocre
Molto scarse e risposte non pertinenti alla domanda.	4	Possiede abilità in modo parziale. L'impegno è scarso.	4	Elevate difficoltà nel controllo e nell' esecuzione di semplici sequenze motorie.	insufficiente
Nulle e mancanza di risposte.	2-3	Non possiede le abilità richieste. Si rifiuta, senza alcun motivo, di svolgere le prove richieste. L'impegno è pressoché nullo.	2-3	Gravi difficoltà nel controllo e nell' esecuzione di semplici sequenze motorie.	Gravemente insufficiente