

# ISTITUTO STATALE DI ISTRUZIONE SUPERIORE "SANDRO PERTINI"



ISTITUTO PROFESSIONALE INDUSTRIA E ARTIGIANATO: Manutenzione e assistenza tecnica  
ISTITUTO PROFESSIONALE SERVIZI: Enogastronomia e ospitalità alberghiera - Servizi Socio-sanitari  
ISTITUTO TECNICO ECONOMICO: Turismo

34074 MONFALCONE (GO) via A. Boito, 56 tel. 0481 410441 - 413339 - fax 0481 486681  
C.F.: 90016920317 www.isispertini.edu.it e-mail: gois01100r@istruzione.it, gois01100r@pec.istruzione.it  
Sede associata: 34073 Grado (GO) via Zara, 1 tel. 0431 80152



## PIANO DI LAVORO INDIVIDUALE

**DOCENTE: COLANGELO PAOLA**

**MATERIA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

**CLASSE: 1ASS**

Anno scolastico 2025/2026

N. ore settimanali nella classe 2h

Ore in compresenza : /

## 1. ANALISI DELLA SITUAZIONE DI PARTENZA

### PROFILO GENERALE DELLA CLASSE

*caratteristiche cognitive, comportamentali, atteggiamento verso la materia, interessi, partecipazione.*

- ✓ **La classe ha un buon livello cognitivo generale, il comportamento è generalmente corretto, mostra interesse e curiosità verso la materia e la partecipazione è tendenzialmente costante.**

### FONTI DI RILEVAZIONE DEI DATI:

- ✓ Prove oggettive di valutazione (test, questionari, ecc.);
- ✓ Prove soggettive di valutazione (temi, relazioni, interrogazioni, ecc.);
- ✓ Osservazioni degli studenti impegnati nelle attività didattiche;
- ✓ Colloqui con gli alunni;
- ✓ Colloqui con le famiglie;
- ✓ Continuità didattica;
- Altro .....

## 2. QUADRO DEGLI OBIETTIVI DI COMPETENZA

### 1. COMPETENZE IN AMBITO DISCIPLINARE – AREA GENERALE

#### DA PERSEGUIRE A CONCLUSIONE DELLA CLASSE 1ASS

Nella tabella che segue ciascun docente indichi l'asse culturale cui appartiene la propria disciplina e le competenze che si intendono sviluppare per l'anno scolastico in corso.

ASSE DEI LINGUAGGI  
ASSE SCIENTIFICO-TECNOLOGICO  
RELIGIONE CATTOLICA O ATT. ALTERNATIVA

ASSE MATEMATICO  
ASSE STORICO-SOCIALE  
✓ SCIENZE MOTORIE

### Competenze disciplinari della Classe 1ASS

*Competenze della disciplina definite all'interno dei Dipartimenti*

**- Riconoscere i principali aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea ed esercitare in modo efficace la pratica sportiva per il benessere individuale**

Adottare stili comportamentali improntati al fair play

**- Partecipare e cooperare nei gruppi di lavoro in ambito scolastico**

Il processo di socializzazione

**- Realizzare semplici attività di animazione ludica e sociale in contesti noti**

Tecniche ludico-motorie: attività fisiche e sportive come strumento educativo, di animazione e di socializzazione

**ARTICOLAZIONE DELLE COMPETENZE**

(Per ciascuna competenza esplicitare le corrispondenti conoscenze/contenuti e abilità, l'UDA di riferimento, il periodo di svolgimento e il numero di ore previste)

**COMPETENZA (indicare la competenza specifica della disciplina declinata per l'anno di riferimento)**

**- Partecipare e cooperare nei gruppi di lavoro in ambito scolastico**

Il processo di socializzazione

Abilità	Conoscenze/contenuti	UDA di riferimento	Periodo di svolgimento	Numero ore	Compresenza (se prevista)
-coordinazione generale e segmentaria (oculo-manuale, oculo podalica, equilibrio) a corpo libero e con uso di piccoli attrezzi	-Conoscenza dei giochi tradizionali con palla Conoscere e praticare percorsi e circuiti con utilizzo di: funicella, ostacolini, palle di varie dimensioni	/	settembre/maggio	/	1h
-sviluppare la forza dinamica, velocità, resistenza, mobilità articolare	-Atletica leggera: Tecnica dei salti: salto in alto, salto in lungo, staffetta e utilizzo del testimone, tecnica dei lanci: getto del peso	/	marzo/aprile	/	1h

<b>COMPETENZA (indicare la competenza specifica della disciplina declinata per l'anno di riferimento)</b> <b>- Riconoscere i principali aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea ed esercitare in modo efficace la pratica sportiva per il benessere individuale</b>					
Adottare stili comportamentali improntati al fair play					
Abilità	Conoscenze/contenuti	UDA di riferimento	Periodo di svolgimento	Numero ore	Compresenza (se prevista)
Saper applicare le regole	Conoscere la pratica di varie specialità sportive. Fondamentali individuali e cenni di regolamento dei vari giochi sportivi: pallavolo, pallacanestro, calcio, hockey su prato, pallamano, tennis tavolo e badminton	/	settembre/maggio	/	1h

<b>COMPETENZA (indicare la competenza specifica della disciplina declinata per l'anno di riferimento)</b> <b>- Realizzare semplici attività di animazione ludica e sociale in contesti noti</b>					
Tecniche ludico-motorie: attività fisiche e sportive come strumento educativo, di animazione e di socializzazione					
Abilità	Conoscenze/contenuti	UDA di riferimento	Periodo di svolgimento	Numero ore	Compresenza (se prevista)
Saper coinvolgere i compagni e adottare comportamenti e strategie inclusive	Conoscere giochi inclusivi e cooperativi Contenuti: giochi in gruppo con o senza attrezzi	/		/	1h

**2. COMPETENZE IN AMBITO DISCIPLINARE – AREA DI INDIRIZZO**  
***DA PERSEGUIRE A CONCLUSIONE DELLA CLASSE 1ASS***

Nella tabella che segue ciascun docente indichi l'asse culturale cui appartiene la propria disciplina e le competenze che si intendono sviluppare per l'anno scolastico in corso.

**ASSE DEI LINGUAGGI**  
**ASSE SCIENTIFICO-TECNOLOGICO**  
**RELIGIONE CATTOLICA O ATT. ALTERNATIVA**

**ASSE MATEMATICO**  
**ASSE STORICO-SOCIALE**  
✓ **SCIENZE MOTORIE**

**Competenze disciplinari della Classe 1ASS**

*Competenze della disciplina definite all'interno dei Dipartimenti*

**Curricolo di Ed. Civica****ARTICOLAZIONE DELLE COMPETENZE**

(Per ciascuna competenza esplicitare le corrispondenti conoscenze/contenuti e abilità, l'UDA di riferimento, il periodo di svolgimento e il numero di ore previste)

<b>COMPETENZA (indicare la competenza specifica della disciplina declinata per l'anno di riferimento)</b>					
<b>Curricolo di Ed. Civica</b>					
<b>Abilità</b>	<b>Conoscenze/contenuti</b>	<b>UDA di riferimento</b>	<b>Periodo di svolgimento</b>	<b>Numero ore</b>	<b>Compresenza (se prevista)</b>
Saper utilizzare comportamenti corretti in ogni situazione	Conoscere ed applicare le regole di convivenza civile durante: visite d'istruzione, visite tecniche, uscite sul territorio Contenuti: comportamento civico (rispetto delle regole della convivenza civile, responsabilità, autonomia, partecipazione, collaborazione ...)	Ed. Civica	Settembre/giugno		

### 3. METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE

Indicare le metodologie utilizzate:

- |                      |                         |                                      |
|----------------------|-------------------------|--------------------------------------|
| ✓ Lezione frontale;  | ✓ Metodo esperienziale; | ✓ Ricerca individuale e/o di gruppo; |
| ✓ Lezione dialogata; | ✓ Scoperta guidata;     | ✓ Problem solving;                   |
| ✓ Metodo induttivo;  | Metodo scientifico;     | ✓ Brainstorming;                     |
| ✓ Metodo deduttivo;  | ✓ Lavoro di gruppo;     | Altro .....                          |

Indicare le strategie utilizzate:

- |                               |                            |                    |
|-------------------------------|----------------------------|--------------------|
| ✓ Lezione frontale;           | Attività laboratoriali;    | Brain storming;    |
| ✓ Lezione guidata;            | Attività di ricerca;       | Role playing;      |
| ✓ Lezione dibattito;          | ✓ Risoluzione di problemi; | Learning by doing; |
| ✓ Lezione multimediale;       | ✓ Attività simulata;       | E-learning;        |
| ✓ Attività di gruppo;         | ✓ Studio autonomo;         | Altro .....        |
| ✓ Argomentazione/discussione; | ✓ Problem solving;         |                    |

### 4. ATTREZZATURE E STRUMENTI DIDATTICI

Libro di Testo: "Più movimento Slim"

Autore, Casa Editrice: DEA Scuola

Indicare strumenti e attrezzature utilizzati:

- |                      |                         |                         |
|----------------------|-------------------------|-------------------------|
| Laboratori;          | Testi di consultazione; | ✓ Sussidi multimediali; |
| ✓ Palestra coperta;  | ✓ Lavagna luminosa;     | ✓ Audio-registratore;   |
| ✓ Palestra scoperta; | ✓ LIM;                  | ✓ Fotocopie;            |
| ✓ Computer;          | ✓ Videocamera;          | Altro .....             |

### 5. MODALITA' DI VERIFICA DEL LIVELLO DI APPRENDIMENTO

Indicare le tipologie di prove di verifica utilizzati:

- |                |                   |                                      |
|----------------|-------------------|--------------------------------------|
| ✓ Test;        | ✓ Relazioni;      | Risoluzione di problemi ed esercizi; |
| ✓ Questionari; | Analisi testuale; | Sviluppo di progetti;                |

Temi;  
Saggi brevi;  
Traduzioni;

✓ Articoli di giornale;  
✓ Interrogazioni;  
Prove grafiche;

✓ Prove pratiche;  
✓ Test motori;  
Altro .....

## **6. MODALITA' DI RECUPERO**

Per le ore di recupero, si adopereranno le seguenti strategie e metodologie didattiche:

- ✓ Riproposizione dei contenuti in forma diversificata;
- ✓ Attività guidate a crescente livello di difficoltà;

Esercitazioni per migliorare il metodo di studio e di lavoro;  
Altro .....

## **7. MODALITA' DI APPROFONDIMENTO**

Per le ore di approfondimento, si adopereranno le seguenti strategie e metodologie didattiche:

Rielaborazione e problematizzazione dei contenuti;  
Impulso allo spirito critico e alla creatività;

Esercitazioni per affinare il metodo di studio e di lavoro;  
Altro .....

Monfalcone, 13/12/2025

Il Docente  
Paola Colangelo