

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: PROF. CARLO GAGGIOLI

MATERIA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

CLASSE: 1CSS – SERVIZI PER LA SANITÀ E L’ASSISTENZA SOCIALE

Anno scolastico 2025/2026

N. ore settimanali nella classe: 2

Ore in presenza: 2H (2 BET)

1. ANALISI DELLA SITUAZIONE DI PARTENZA

PROFILO GENERALE DELLA CLASSE

In relazione alla stesura del Piano di lavoro annuale per disciplina, il docente tiene a precisare che i livelli delle principali capacità fisiche riscontrati durante la somministrazione dei test d'ingresso svolti nel mese di ottobre:

- Test di Cooper ridotto minuti 6
- Forza addominale (Plank 3')
- Test forza arti inferiori (triplo salto bipodalico)
- Test Forza arti superiori: (max ripetizioni di piegamenti braccia in 30")

Il gruppo classe è composto da 20 studenti, 18 femmine e 2 maschi, all'interno sono presenti quattro studenti con certificazione ai sensi della L.104 ed uno studente con certificazione ai sensi della L.170 con 12 studenti stranieri.

La classe si presenta complessivamente collaborativa e con alcune studentesse che mostrano un buon potenziale. Tuttavia, si evidenziano dinamiche relazionali tese, culminate in recenti episodi di conflitto.

Si segnala che le ore di Scienze Motorie e Sportive vengono svolte nella palestra di Via Powell.

FONTI DI RILEVAZIONE DEI DATI:

- X Prove oggettive di valutazione (test);
- X Prove soggettive di valutazione (relazioni, interrogazioni, ecc);
- X Osservazioni degli studenti impegnati nelle attività didattiche;
- X Colloqui con le famiglie;
- X Colloqui con gli alunni;
- X Altro: Test pratici

2. QUADRO DEGLI OBIETTIVI DI COMPETENZA

1. COMPETENZE IN AMBITO DISCIPLINARE – AREA GENERALE

DA PERSEGUIRE A CONCLUSIONE DELLA CLASSE 1CSS

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.

X ASSE DEI LINGUAGGI

X SCIENZE MOTORIE

Competenze disciplinari della Classe 1 CSS

Competenze della disciplina definite all'interno dei Dipartimenti

- **PERCEZIONE DI SE' E COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITA' MOTORIE**

- **SPORT, REGOLE, FAIR PLAY**

- **SALUTE-BENESSERE-SICUREZZA-PREVENZIONE**

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:
PERCEZIONE DI SE' E COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITA' MOTORIE**

Saper riconoscere le strutture e gli apparati utilizzati nelle diverse attività motorie
Saper utilizzare la propria motricità in modo consapevole

Abilità	Conoscenze/contenuti	UDA di riferimento	Periodo di svolgimento	Numero ore	Compresenza (se prevista)
<p>1. Saper identificare le strutture anatomiche e riconoscere i principali apparati coinvolti nella pratica sportiva</p> <p>2. Saper compiere gesti e movimenti in modo adeguato alla situazione</p> <p>3. Saper eseguire schemi motori utilizzando in modo adeguato alle corrette capacità motorie in possesso</p>	<p>Conoscere le principali strutture anatomiche del corpo umano e le principali funzioni degli apparati</p> <ul style="list-style-type: none"> - Meccanismi del movimento - Preatletici generali - Esercizi posturali - Esercizi preventivo correttivi - Condizionamento organico, polmonare e cardio circolatorio - Forza-resistenza e velocità - Capacità coordinative - Stretching - Posture, distanze prossemiche, linguaggi non verbali 		Da Ottobre a Maggio	20h	

**COMPETENZA:
SPORT - REGOLE E FAIR PLAY**

Praticare sport individuali e di squadra assumendo vari ruoli e le relative responsabilità
Applicare strategie individuali tramite il linguaggio corporeo per una comunicazione efficace e per la risoluzione di problematiche in sport di squadra

Abilità	Conoscenze/contenuti	UDA di riferimento	Periodo di svolgimento	Numero ore	Compresenza (se prevista)
<p>1. Saper eseguire gli elementi tecnici basilari nelle diverse discipline proposte</p> <p>2. Sapersi comportare nei principi dell'etica sportiva ricoprendo ruoli adeguando il comportamento alle richieste della disciplina per raggiungere gli obiettivi richiesti</p>	<p>Conoscere gli elementi tecnici e regolamentari delle discipline sportive proposte</p> <p>Conoscere le corrette modalità di esecuzione nelle pratiche motorie e sportive</p> <p>Conoscere le principali capacità motorie utilizzate nelle diverse attività sportive praticate</p> <p>Conoscere i fondamenti dell'etica sportiva e corrette modalità di comportamento nel gruppo</p> <p>Conoscere ruoli e compiti degli attori principali degli sport proposti</p> <p>Conoscere elementari principi tecnico-tattici</p> <ul style="list-style-type: none"> - PALLAVOLO - PALLACANESTRO - CALCIO A 5 - ATLETICA LEGGERA - ALLENAMENTO FUNZIONALE - ESERCITAZIONI INDIVIDUALI - PICCOLI ATTREZZI - GRANDI ATTREZZI - GIOCHI DI RIMANDO: Palla tamburello-Badminton - HOCKEY 		Da ottobre a maggio	20 ore	Con la 2BET

COMPETENZA
SALUTE-BENESSERE-SICUREZZA-PREVENZIONE

Sapersi comportare in modo adeguato rispettando sempre i principi di prevenzione e sicurezza personale per la propria e altrui incolumità
Saper riconoscere gli effetti dannosi dei prodotti farmacologici finalizzati al miglioramento della prestazione fisica e di stili di vita non corretti

Abilità	Conoscenze/contenuti	UDA di riferimento	Periodo di svolgimento	Numero ore	Compresenza (se prevista)
1. Saper adottare comportamenti adeguati per mantenere e migliorare il concetto di salute e benessere 2. Adottare norme igienico sanitarie ed alimentari adeguate	Conoscere i principi fondamentali della prevenzione per la sicurezza in casa, in palestra e negli spazi dell'ambiente naturale Conoscere i principi igienici, le norme sanitarie ed alimentari, gli effetti dei prodotti farmacologici in relazione alla prestazione sportiva per un adeguato equilibrio del proprio stato di salute - ALIMENTAZIONE - BENESSERE E SALUTE: principali norme di igiene generale - NOZIONI DI PREVENZIONE E DI PRIMO SOCCORSO		Da Ottobre a Maggio	20h	Con la classe 2BET

2. COMPETENZE IN AMBITO DISCIPLINARE – AREA DI INDIRIZZO

DA PERSEGUIRE A CONCLUSIONE DELLA CLASSE 1CSS

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.

- **X ASSE DEI LINGUAGGI**
- **X SCIENZE MOTORIE**

Competenze disciplinari della Classe 1CSS

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 e collettivo

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					
Praticare l'espressività corporea ed esercitare la pratica sportiva, in modo efficace, in situazioni note, in ambito familiare, scolastico e sociale.					
Abilità	Conoscenze/contenuti	UDA di riferimento	Periodo di svolgimento	Numero ore	Compresenza (se prevista)
Comprendere e produrre consapevolmente linguaggi non verbali	Conoscere gli elementi tecnico-scientifici di base relativi alle principali tecniche espressive				
Riconoscere, realizzare ed elaborare sequenze motorie con carattere ritmico a finalità espressiva, rispettando strutture spaziali e temporali del movimento	Conoscere le differenze tra movimento biomeccanico e gesto espressivo e le caratteristiche ritmiche del movimento.		Da febbraio a maggio (secondo quadrimestre)	20H	Con la classe 2BET
Assumere le caratteristiche dei giochi e degli sport nelle varie culture	Conoscere schemi motori complessi adeguati ad affrontare attività motorie e sportive				
Saper utilizzare schemi motori complessi adeguati ad effettuare attività motorie e sportive	Conoscere le principali metodiche di allenamento e di valutazione delle				
Saper interagire con i compagni per partecipare					

ad eventi sportivi.	prestazioni sportive				
Saper applicare forme di organizzazione adeguate a competizioni sportive	Conoscere le modalità di collaborazione e partecipazione a competizioni sportive e di attività espressive				
Saper adottare comportamenti adeguati al mantenimento del benessere psicofisico evitando rischi per l'incolumità	Conoscere le situazioni di rischio per la propria e altrui incolumità				
	Conoscere/adottare principi per una corretta alimentazione				

3. METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE

Indicare le metodologie utilizzate:

- X Lezione frontale;
- X Lezione dialogata;
- X Metodo induttivo;
- X Metodo deduttivo;

- X Metodo esperienziale;
- X Problem solving;
- X Lavoro di gruppo;

Indicare le strategie utilizzate:

- X Lezione frontale;
- X Lezione guidata;
- X Lezione dibattito;

- X Lezione multimediale;
- X Attività di gruppo;
- X Argomentazione/discussione;

- X Attività di ricerca;
- X Attività simulata;
- X Studio autonomo;

4. ATTREZZATURE E STRUMENTI DIDATTICI

Libro di Testo: Più movimento slim-Scienze motorie

Autore: Fiorini-Bocchi-Coretti-Chiesa

Casa Editrice: Dea Scuola-Marietti Scuola

Indicare strumenti e attrezzature utilizzati:

X Palestra coperta;

X Palestra scoperta;

X Computer;

X Testi di consultazione;

X Lavagna luminosa;

X LIM;

X Fotocopie

X Audio-registratore;

5. MODALITA' DI VERIFICA DEL LIVELLO DI APPRENDIMENTO

Indicare le tipologie di prove di verifica utilizzati:

X Test motori;

X Questionari;

X Relazioni;

X Risoluzione di problemi ed esercizi;

X Sviluppo di progetti;

X Articoli di giornale;

X Interrogazioni;

X Prove pratiche;

6. MODALITA' DI RECUPERO

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

X Riproposizione dei contenuti in forma diversificata;

X Attività guidate a crescente livello di difficoltà;

X Esercitazioni per migliorare il metodo di studio e di lavoro;

7. MODALITA' DI APPROFONDIMENTO

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

X Rielaborazione e problematizzazione dei contenuti;

X Impulso allo spirito critico e alla creatività;

X Esercitazioni per affinare il metodo di studio e di lavoro;

Monfalcone, 15 dicembre 2025

Il Docente:

Prof. Carlo Gaggioli