

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: 2BSS

Anno scolastico 2025/2026

N. ore settimanali nella classe 2h

Ore in compresenza 1h

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 ...2BSS.....

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 2BSS

Competenze della disciplina definite all'interno dei Dipartimenti

- **Partecipare e cooperare nei gruppi di lavoro in ambito scolastico:** Il gruppo e le sue dinamiche. Il processo di socializzazione

- **Rilevare, in modo guidato, condizioni, stili di vita e bisogni legati all'età.** Principi di una corretta alimentazione e di una regolare attività fisica;

La colazione e le abitudini alimentari degli adolescenti

- **Adottare atteggiamenti coerenti al concetto di salute e cura come risultante di un approccio multidimensionale che contempra i livelli biologico, psicologico e sociale:** Il concetto di benessere; le condizioni di salute bio-psico-sociale e le condizioni di malattia.

- **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 gruppo e le sue dinamiche. 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 -sviluppare la forza dinamica, velocità, resistenza, mobilità articolare	-Conoscenza dei giochi tradizionali con palla Conoscere e praticare percorsi e circuiti con utilizzo di: funicella, ostacolini, palle di varie dimensioni -Atletica leggera: Tecnica dei salti: salto in alto, salto in lungo, staffetta e utilizzo del testimone, tecnica dei lanci: getto del peso	/	settembre/maggio marzo/aprile	/	2h

COMPETENZA (indicare la competenza specifica della disciplina declinata per l'anno di riferimento)					
- Partecipare e cooperare nei gruppi di lavoro in ambito scolastico: Il gruppo e le sue dinamiche. Il processo di socializzazione					
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	/	2h

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

- 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					
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	/		/	2h

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

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**

<p><u>Competenze disciplinari della Classe ...2BSS.....</u> <i>Competenze della disciplina definite all'interno dei Dipartimenti</i> - Rilevare, in modo guidato, condizioni, stili di vita e bisogni legati all'età. Principi di una corretta alimentazione e di una regolare attività fisica: La colazione e le abitudini alimentari degli adolescenti</p>
--

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) - Rilevare, in modo guidato, condizioni, stili di vita e bisogni legati all'età.					
Principi di una corretta alimentazione e di una regolare attività fisica (La colazione e le abitudini alimentari degli adolescenti)					
Abilità	Conoscenze/contenuti	UDA di riferimento	Periodo di svolgimento	Numero ore	Compresenza (se prevista)
Acquisire abitudini per uno stile di vita sano	Conoscere l'apporto calorico adeguato alla età				2h

COMPETENZA (indicare la competenza specifica della disciplina declinata per l'anno di riferimento) - Adottare atteggiamenti coerenti al concetto di salute e cura come risultante di un approccio multidimensionale che contempra i livelli biologico, psicologico e sociale: Il concetto di benessere; le condizioni di salute bio-psico-sociale e le condizioni di malattia.					
Abilità	Conoscenze/contenuti	UDA di riferimento	Periodo di svolgimento	Numero ore	Compresenza (se prevista)
Acquisire abitudini per uno stile di vita sano	Principi di una corretta alimentazione e di una regolare attività fisica Alimentazione scorretta e condizioni di malattia La salute dinamica				2h

Competenze disciplinari della Classe 2BSS

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)

COMPETENZA (indicare la competenza specifica della disciplina declinata per l'anno di riferimento) Curricolo di Ed. Civica					
Abilità	Conoscenze/contenuti	UDA di riferimento	Periodo di svolgimento	Numero ore	Compresenza (se prevista)
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;
- ✓ Lezione dialogata;
- ✓ Metodo induttivo;
- ✓ Metodo deduttivo;

- ✓ Metodo esperienziale;
- ✓ Scoperta guidata;
- Metodo scientifico;
- ✓ Lavoro di gruppo;

- ✓ Ricerca individuale e/o di gruppo;
- ✓ Problem solving;
- ✓ Brainstorming;
- Altro

Indicare le strategie utilizzate:

- ✓ Lezione frontale;
- ✓ Lezione guidata;
- ✓ Lezione dibattito;
- ✓ Lezione multimediale;
- ✓ Attività di gruppo;
- ✓ Argomentazione/discussione;

- Attività laboratoriali;
- Attività di ricerca;
- ✓ Risoluzione di problemi;
- ✓ Attività simulata;
- ✓ Studio autonomo;
- ✓ Problem solving;

- Brain storming;
- Role playing;
- Learning by doing;
- E-learning;
- Altro

4. ATTREZZATURE E STRUMENTI DIDATTICI

Libro di Testo:“Più movimento Slim” DEA Scuola

Autore, Casa Editrice: DEA Scuola

Indicare strumenti e attrezzature utilizzati:

- Laboratori;
- ✓ Palestra coperta;
- ✓ Palestra scoperta;
- ✓ Computer;

- Testi di consultazione;
- ✓ Lavagna luminosa;
- ✓ LIM;
- ✓ Videocamera;

- ✓ Sussidi multimediali;
- ✓ Audio-registratore;
- ✓ Fotocopie;
- Altro

5. MODALITA' DI VERIFICA DEL LIVELLO DI APPRENDIMENTO

Indicare le tipologie di prove di verifica utilizzati:

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

- 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