



ISTITUTO DI ISTRUZIONE SECONDARIA SUPERIORE STATALE  
“FRANCESCO SAVERIO NITTI”  
ISTITUTO TECNICO SETTORE ECONOMICO  
Liceo delle Scienze Umane con opzione Economico Sociale  
LICEO SCIENTIFICO – Liceo Scientifico opzione SCIENZE APPLICATE  
Via J.F. Kennedy, 140/142 – 80125 Napoli – Tel. 081.5700343 – Fax 081.5708990 – C.F. 94038280635  
Sito web: <http://www.isnitti.gov.it> - e-mail: [nais022002@istruzione.it](mailto:nais022002@istruzione.it) - posta certificata: [nais022002@pec.istruzione.it](mailto:nais022002@pec.istruzione.it)  
40° DISTRETTO SCOLASTICO



## PROGRAMMAZIONE DIPARTIMENTALE PRIMO BIENNIO

DISCIPLINA DISCIPLINE SPORTIVE

ANNO SCOLASTICO 2018/2019

INDIRIZZO SCIENTIFICO CURVATURA SPORTIVA

CAPO DIPARTIMENTO PROF.SSA GUSMAN

DOCENTI DEL DIPARTIMENTO: BRONDOLIN, CIMMINO, FRANCO, GATTA, GUSMAN,  
MEROLLA, PEZZULLO.

**Tavola di programmazione relativa al primo trimestre – Classi Prime**

Competenze di base/cittadinanza	Abilità/Capacità	Conoscenze	Tempi
Comprendere i punti principali di un discorso	Utilizzare il lessico specifico	Generalità delle attività sportive.Storia dello sport	2 ore
Saper riconoscere la sequenza logica nelle informazioni	Comprendere e interpretare le richieste del docente	Terminologia tecnica e linguaggio specifico degli sport	3 ore
Consolidare gli schemi motori di base. Saper comprendere la descrizione di gesti e attività motorie.	Saper eseguire un comando dato	Esercizi di base e preatletici generali e specifici dell'atletica e della pallavolo,del rugby	6 ore
Saper comprendere regole comportamentali	Rispettare le regole della palestra ed il materiale scolastico; aiutare i ompagni	Codici di Comportamento (anche sicurezza, prevenzione Ed. alla salute)	2 ore
Saper utilizzare le proprie conoscenze motorie applicandole in un contesto	Adeguare il comportamento motorio attuando il controllo del corpo	Esercizi ed attività graduate relative all'equilibrio, alla coordinazione generale, all'organizzazione spaziotemporale, al senso del ritmo applicati all'atletica e alla pallavolo	10 ore
Saper progettare la risposta motoria idonea al contesto. Saper riconoscere gli elementi tecnici pertinenti per l'esecuzione di un gesto	Saper praticare uno sport di squadra e/o individuale	Tecniche di base Pallavolo (battuta e palleggio), atletica (tecnica della corsa). Rugby . Tiro con l'arco	8 ore
Sapersi muovere all'interno di uno spazio definito e in un contesto dato	Saper programmare la sequenza dei movimenti	Schemi tattici elementari della pallavolo e del rugby	2 ore

**Tavola di programmazione relativa al secondo trimestre – Classi Prima**

<b>Competenze di base/cittadinanza</b>	<b>Abilità/Capacità</b>	<b>Conoscenze</b>	<b>Tempi</b>
Comprendere i punti principali di un discorso. Saper riconoscere la sequenza logica nelle informazioni	Comprendere e interpretare le richieste del docente	Terminologia tecnica e linguaggio specifico degli sport	2 ore
Consolidare gli schemi motori di base. Saper comprendere la descrizione di gesti e attività motorie.	Saper eseguire un comando dato	Esercizi di base e preatletici generali e specifici dell'atletica, del della pallavolo,del rugby.	6 ore
Saper comprendere regole comportamentali	Rispettare le regole della palestra ed il materiale scolastico. Aiutare i compagni	Codici di Comportamento (anche sicurezza, prevenzione Ed. alla salute).Utilizzo in sicurezza degli attrezzi in tiro con l'arco	2 ore
Saper utilizzare le proprie conoscenze motorie applicandole in un contesto	Adeguare il comportamento motorio attuando il controllo del corpo	Esercizi ed attività graduate relative all'equilibrio, alla coordinazione generale,all'organizzazione spaziotemporale, al senso del ritmo applicati all'atletica, alla pallavolo, al rugby	8 ore
Saper progettare la risposta motoria idonea al contesto. Saper riconoscere gli elementi tecnici pertinenti per l'esecuzione di un gesto	Saper praticare uno sport di squadra e/o individuale	Tecniche di base Pallavolo (bagher), atletica (tecnica della partenza nella corsa, salto in lungo), rugby,tiro con l'arco	13 ore
Sapersi muovere all'interno di uno spazio definito e in un contesto dato	Saper programmare la sequenza dei movimenti	Schemi tattici di ricezione della pallavolo. Schemi tattici Rugby	4 ore

**Tavola di programmazione relativa al terzo trimestre – Classi Prime**

<b>Competenze di base/cittadinanza</b>	<b>Abilità/Capacità</b>	<b>Conoscenze</b>	<b>Tempi</b>
Saper riconoscere la sequenza logica nelle informazioni	Comprendere e interpretare le richieste del docente	Terminologia tecnica e linguaggio specifico	1 ora
Saper comprendere la descrizione di gesti e attività motorie.	Saper eseguire un comando dato	Preatletici generali e specifici delle varie discipline sportive	6 ore
Saper comprendere regole comportamentali	Cooperare in gruppo	Codici di Comportamento (anche sicurezza, prevenzione Ed. alla salute). Sicurezza al campo gara tiro con l'arco	2 ore
Saper utilizzare le proprie conoscenze motorie applicandole in un contesto	Controllo psicomotorio e sviluppo dei prerequisiti strutturali e funzionali	Esercizi ed attività graduate relative all'equilibrio, alla coordinazione generale, all'organizzazione spaziotemporale, al senso del ritmo	3 ore
Saper riconoscere gli elementi tecnici pertinenti per l'esecuzione di un gesto	Saper modulare gli schemi motori a seconda del ruolo rivestito	Tecniche di base di Pallavolo, basket, atletica (getto del peso),rugby	12 ore
Sapersi muovere all'interno di uno spazio definito e in un contesto dato	Utilizzare razionalmente gli spazi a propria disposizione, non interferire con gli altri durante il movimento. Esercitare l'autocontrollo e la coordinazione oculo-manuale	Il tiro con l'arco	6 ore
Saper utilizzare e razionalizzare lo spazio rispetto alle finalità. Saper usare gli attrezzi in dotazione	Pianificare la risposta motoria ad uno stimolo dato. Conoscere qualche esercizio con gli attrezzi per sviluppare le capacità condizionali	Schemi tattici elementari dei grandi giochi sportivi. Tecnica di base degli esercizi e dei piccoli e grandi attrezzi	3 ore

## OBIETTIVI MINIMI CLASSI PRIME

<b>Competenze di base/Cittadinanza</b>	<b>Abilità/Capacità</b>	<b>Conoscenze</b>
<p>Competenze sociali e civiche (saper controllare il proprio corpo nella postura e negli atteggiamenti delle azioni quotidiane e nella vita di relazione; rispettare gli altri accettandone i limiti e favorendone l'inclusione).</p> <p>Alunni BES idem</p>	<p>eseguire con padronanza le attività naturali (camminare, correre, saltare, lanciare); eseguire esercizi di coordinazione spazio-temporale in relazione agli altri in situazioni statiche e dinamiche; saper interpretare e riprodurre il comando verbale.</p> <p>Eeguire semplici sequenze motorie guidate e non</p>	<p>Conoscere le parti del corpo umano; conoscere la terminologia specifica dell'ed. fisica, conoscere gli esercizi di base e le regole principali dei grandi giochi sportivi, conoscere le principali qualità nutritive degli alimenti.</p> <p>Conoscere le parti del corpo umano conoscere gli esercizi di base e le regole principali dei grandi giochi sportivi</p>

Data 5 settembre 2018

Il Capo Dipartimento

Carmela Gusman

Tavola di programmazione relativa al primo trimestre Classi seconde

Competenze di base/cittadinanza	Abilità/Capacità	Conoscenze	Tempi
Comprendere i punti principali di un discorso	Utilizzare il lessico specifico	Generalità delle attività sportive. Storia dello sport e delle Olimpiadi	2 ore
Saper riconoscere la sequenza logica nelle informazioni	Comprendere e interpretare le richieste del docente	Terminologia tecnica e Linguaggio specifico degli sport	3 ore
Consolidare gli schemi motori di base. Saper comprendere la descrizione di gesti e attività motorie.	Saper eseguire un comando dato	Esercizi di base e preatletici Generali e specifici dell'atletica, della pallavolo, del basket, del rugby	6 ore
Saper comprendere regole comportamentali	Rispettare le regole della palestra e il materiale scolastico Aiutare i compagni	Codici di Comportamento (anche sicurezza, prevenzione Ed. alla salute)	2 ore
Saper utilizzare le proprie conoscenze motorie applicandole in un contesto	Adeguare il comportamento motorio attuando il controllo del corpo	Esercizi ed attività graduate relative all'equilibrio, alla coordinazione generale, all'organizzazione spaziotemporale, al senso del ritmo applicati all'atletica, alla pallavolo e al basket al rugby	10 ore
Saper progettare la risposta motoria idonea al contesto Saper riconoscere gli elementi tecnici pertinenti per l'esecuzione di un gesto	Saper praticare uno sport di squadra e/o individuale	Consolidamento fondamentali individuali pallavolo, atletica (ostacoli),rugby	8 ore

Sapersi muovere all'interno di uno spazio definito e in un contesto dato	Saper programmare la sequenza dei movimenti	Schemi tattici elementari di ricezione a 5 della pallavolo	2 ore

**Tavola di programmazione relativa al secondo trimestre Classi seconde**

<b>Competenze di base/cittadinanza</b>	<b>Abilità/Capacità</b>	<b>Conoscenze</b>	<b>Tempi</b>
Comprendere i punti principali di un discorso. Saper riconoscere la sequenza logica nelle informazioni	Comprendere e interpretare le richieste del docente	Terminologia tecnica e linguaggio specifico degli sport	2 ore
Consolidare gli schemi motori di base. Saper comprendere la descrizione di gesti e attività motorie.	Saper eseguire un comando dato	Esercizi di base e preatletici generali e specifici dell'atletica, della pallavolo, del basket, del rugby.  Tiro con l'arco	6 ore
Saper comprendere regole comportamentali	Rispettare le regole della palestra ed il materiale scolastico  Aiutare i compagni	Codici di Comportamento (anche sicurezza, prevenzione Ed. alla salute)  Regolamento tecnico rugby  Utilizzo in sicurezza degli attrezzi in tiro con l'arco	2 ore
Saper utilizzare le proprie conoscenze motorie applicandole in un contesto	Adeguare il comportamento motorio attuando il controllo del corpo	Esercizi ed attività graduate relative all'equilibrio, alla coordinazione generale, all'organizzazione spaziotemporale, al	8 ore

		senso del ritmo applicati all'atletica, al basket al rugby	
Saper progettare la risposta motoria idonea al contesto  Saper riconoscere gli elementi tecnici pertinenti per l'esecuzione di un gesto	Saper praticare uno sport di squadra e/o individuale	Tecniche dei fondamentali individuali del basket, atletica (staffette). L'attacco in pallavolo.  Tecnica del rugby	13 ore
Sapersi muovere all'interno di uno spazio definito e in un contesto dato	Saper programmare la sequenza dei movimenti	Schemi tattici di attacco della pallavolo. Schemi di basket (dai e vai, dai e cambia, ecc)  Schemi tattici rugby	4 ore

**Tavola di programmazione relativa al terzo trimestre Classi seconde.**

<b>Competenze di base/cittadinanza</b>	<b>Abilità/Capacità</b>	<b>Conoscenze</b>	<b>Tempi</b>
Saper riconoscere la sequenza logica nelle informazioni	Comprendere e interpretare le richieste del docente	Terminologia tecnica e linguaggio specifico	1 ora
Saper comprendere la	Saper eseguire un comando dato	Preatletici generali e specifici delle	6 ore



descrizione di gesti e attività motorie		varie discipline sportive	
Saper comprendere regole comportamentali	Cooperare in gruppo	Codici di Comportamento  (anche sicurezza, prevenzione Ed. alla salute). Sicurezza al campo gare nel tiro con l'arco	2 ore
Saper utilizzare le proprie conoscenze motorie applicandole in un contesto	Controllo psicomotorio e sviluppo dei prerequisiti strutturali e funzionali	Esercizi ed attività graduate relative all'equilibrio, alla coordinazione generale, all'organizzazione spaziotemporale, al senso del ritmo	3 ore
Saper riconoscere gli elementi tecnici pertinenti per l'esecuzione di un gesto	Saper modulare gli schemi motori a seconda del ruolo rivestito	Pallavolo: i ruoli  Basket: i ruoli  Atletica: il salto in alto  Rugby: i ruoli	12 ore
Sapersi muovere all'interno di uno spazio definito e in un contesto dato Saper utilizzare e razionalizzare lo spazio rispetto alle finalità.	Utilizzare razionalmente gli spazi a propria disposizione, non interferire con gli altri durante il movimento.  Esercitare l'autocontrollo e la coordinazione oculo-manuale	Rugby  Tiro con l'arco	9 ore

Saper usare gli attrezzi in dotazione			
---------------------------------------	--	--	--

### OBIETTIVI MINIMI CLASSI SECONDE

Competenze di base/Cittadinanza	Abilità/Capacità	Conoscenze
<p>Competenze sociali e civiche (saper controllare il proprio corpo nella postura e negli atteggiamenti delle azioni quotidiane e nella vita di relazione; rispettare gli altri accettandone i limiti e favorendone l'inclusione).</p> <p>Alunni BES idem</p>	<p>eseguire con padronanza le attività naturali (camminare, correre, saltare, lanciare); eseguire esercizi di coordinazione spazio-temporale in relazione agli altri in situazioni statiche e dinamiche; saper interpretare e riprodurre il comando verbale.</p> <p>Eseguire semplici sequenze motorie guidate e non</p>	<p>Conoscere le parti del corpo umano; conoscere la terminologia specifica dell'ed. fisica, conoscere gli esercizi di base e le regole principali dei grandi giochi sportivi, conoscere le principali qualità nutritive degli alimenti.</p> <p>Conoscere le parti del corpo umano conoscere gli esercizi di base e le regole principali dei grandi giochi sportivi</p>

--	--	--

**Data 5 settembre 2018**

**Il Capo Dipartimento**

**Carmela Gusman**