Programmazioni del Dipartimento di Scienze motorie e sportive A.S. 2026-2027

Referenti del Dipartimento
Prof. Giuseppe Peluso Cassese

Dirigente Scolastica
Prof.ssa Giuseppina Forgione

PREMESSA

La presente programmazione definisce gli orientamenti comuni del Dipartimento di Scienze Motorie e Sportive per il percorso quinquennale di tutti gli indirizzi di studio.
Essa costituisce un quadro di riferimento condiviso, nel rispetto della libertà di insegnamento e della possibilità del singolo docente di adattare attività, discipline sportive, metodologie, tempi e strumenti alle caratteristiche della classe, agli spazi disponibili e ai differenti livelli di funzionamento degli studenti.
La programmazione assume come riferimento le Nuove Indicazioni Nazionali, secondo le quali le Scienze Motorie e Sportive concorrono allo sviluppo integrato della persona attraverso l'esperienza del corpo e del movimento e il contributo delle scienze biomediche, chinesiologiche, umane e sociali.
Particolare attenzione viene attribuita alla promozione di stili di vita attivi e sani, alla motivazione, all'autoefficacia, al piacere del movimento e all'utilizzo consapevole delle tecnologie digitali per osservare e interpretare il corpo in movimento.
Il curricolo è pertanto sviluppato longitudinalmente attraverso cinque dimensioni interconnesse:

- stili di vita attivi e sani;
- dimensione motoria;
- dimensione cognitiva;
- dimensione sociale;
- dimensione emotivo-relazionale.

Le discipline sportive non costituiscono fini isolati dell'insegnamento, ma ambienti di apprendimento attraverso i quali sviluppare competenze motorie, cognitive, sociali ed emotivo-relazionali trasferibili a contesti differenti.

PRINCIPI METODOLOGICI
L'attività pratica e l'approfondimento teorico vengono considerati dimensioni integrate dello stesso processo di apprendimento.
Le conoscenze scientifiche vengono pertanto sviluppate, quando possibile, a partire dall'esperienza motoria attraverso:
esperienza → osservazione → domanda → raccolta di dati → interpretazione → spiegazione scientifica → nuova applicazione
Per esempio, una corsa a intensità differenziata può diventare contemporaneamente esperienza motoria, osservazione della frequenza cardiaca, percezione dello sforzo, studio della fisiologia dell'esercizio e apprendimento dell'autoregolazione.
Non viene pertanto stabilita una rigida separazione tra "ore teoriche" e "ore pratiche", pur garantendo un'adeguata trattazione delle conoscenze disciplinari.
Nel secondo biennio e nel quinto anno la dimensione cognitiva viene inoltre sviluppata attraverso lo studio dello **sport come fenomeno storico, sociale e culturale**, secondo una progressione che conduce dalla nascita dello sport moderno alla società di massa fino alle trasformazioni dello sport contemporaneo.

PROGRESSIONE FORMATIVA DEL QUINQUENNIO
Il percorso viene sintetizzato attraverso cinque progressivi livelli di sviluppo:
PRIMO ANNO – CONOSCERE E PERCEPIRE
"So eseguire, percepire e riconoscere."
SECONDO ANNO – SPERIMENTARE E MISURARE
"So sperimentare, misurare e confrontare."
TERZO ANNO – ANALIZZARE E ADATTARE
"So osservare, scegliere e adattarmi."
QUARTO ANNO – PROGETTARE E GESTIRE

“So progettare, valutare e assumermi responsabilità.”
QUINTO ANNO – SCEGLIERE E TRASFERIRE
“So gestirmi autonomamente e trasferire ciò che ho appreso.”
La progressione complessiva può essere sintetizzata come:
ESEGUIRE → MISURARE → SCEGLIERE → PROGETTARE → TRASFERIRE

PRIMO ANNO – CONOSCERE E PERCEPIRE
Focus pedagogico
Conoscenza e percezione del proprio corpo, consolidamento degli schemi motori, sviluppo coordinativo, sicurezza, prime forme di cooperazione e costruzione di un rapporto positivo con il movimento.
Le attività proposte concorrono agli obiettivi del primo biennio, nel quale le Indicazioni richiedono il miglioramento della padronanza corporea, l'acquisizione di abilità, tecniche e strategie, la collaborazione, il fair play e la capacità di affrontare positivamente difficoltà ed errori.

Modulo 1 – Sicurezza, regole ed errore
Contenuti
- sicurezza in palestra;
- uso degli attrezzi;
- prevenzione dei comportamenti a rischio;
- fair play;
- errore come parte dell'apprendimento;
- gestione delle prime situazioni competitive.

Competenze
Adottare comportamenti sicuri, rispettare le regole e affrontare positivamente errore e difficoltà.
Dimensioni prevalenti: sociale – emotivo-relazionale – stili di vita.

Modulo 2 – Correre, saltare, lanciare
Contenuti
- schemi motori fondamentali;
- coordinazione generale;
- equilibrio e ritmo;
- prime esperienze di corsa, salto e lancio;
- concetto di prestazione individuale e miglioramento.

Esperienze sportive
Atletica leggera, staffette, percorsi, giochi multilaterali.
Competenze
Realizzare azioni motorie controllate e riconoscere le principali variabili che influenzano la propria prestazione.
Dimensioni prevalenti: motoria – cognitiva – emotivo-relazionale.

Modulo 3 – La palla, lo spazio, gli altri
Contenuti
- coordinazione oculo-manuale;
- passaggio e ricezione;
- controllo della palla;
- occupazione dello spazio;
- collaborazione.

Esperienze sportive
Pallavolo, pallacanestro, pallamano, badminton e giochi pre-sportivi in forma semplificata.

Competenze
Utilizzare abilità motorie di base in situazioni variabili e collaborare con i compagni rispettando regole e livelli di competenza differenti.
Dimensioni prevalenti: motoria – sociale – cognitiva.

Modulo 4 – Il corpo in movimento
Contenuti
- organizzazione generale dell'apparato locomotore;
- principali distretti muscolari e articolari;
- schemi motori e capacità coordinative;
- postura e controllo corporeo;
- percezione e propriocezione;
- principi di sicurezza.

Esperienze motorie
Ginnastica a corpo libero, circuiti coordinativi, esercizi posturali, Pilates adattato, giochi motori.
Competenze
Riconoscere le principali informazioni provenienti dal proprio corpo e utilizzarle per controllare e adattare il movimento.
Dimensioni prevalenti: motoria – cognitiva – stili di vita.

SECONDO ANNO – SPERIMENTARE E MISURARE
Focus pedagogico
Comprendere le risposte dell'organismo all'esercizio, sviluppare le capacità motorie, introdurre la misurazione della prestazione e utilizzare le abilità tecniche in situazioni sportive progressivamente più complesse.

Modulo 1 – Il corpo risponde all'esercizio
Contenuti
- apparato cardiocircolatorio e respiratorio;
- frequenza cardiaca;
- intensità dell'esercizio;
- percezione dello sforzo;
- recupero;
- componenti della fitness.

Attività
Circuiti, corsa continua e intermittente, rilevazione della FC, utilizzo della scala RPE, semplici confronti tra dati.
Competenze
Riconoscere e interpretare semplici risposte fisiologiche all'esercizio e regolare il proprio impegno motorio.
Dimensioni: stili di vita – cognitiva – motoria.

Modulo 2 – Misurare il movimento: atletica
Contenuti
- corsa;
- salti;
- lanci;
- tempi e distanze;
- ritmo;
- miglioramento individuale.

Competenze
Raccogliere e confrontare semplici dati relativi alla propria prestazione, riconoscendo il miglioramento rispetto al livello iniziale.
Strumenti
Cronometro, misurazioni metriche, tabelle, eventuali strumenti digitali.

Modulo 3 – Cooperare per risolvere problemi
Esperienze sportive
Pallavolo 2vs2/3vs3, pallacanestro 2vs1 e 3vs2, pallamano 2vs1 e 3vs2.
Problemi guida
Come possiamo creare spazio?
Quando conviene passare?
Come possiamo mantenere il possesso?
Come aiutiamo il compagno in difficoltà?
Competenze
Applicare abilità tecniche all'interno di semplici problemi tattici, prendendo decisioni e collaborando con i compagni.
Dimensioni: cognitiva – sociale – motoria.

Modulo 4 – Opposizione, traiettorie e autocontrollo
Esperienze sportive
Badminton e tennistavolo.
Contenuti
Servizio, controllo, traiettorie, spostamenti, occupazione dello spazio, lettura dell'avversario.
Competenze
Adattare il movimento alla traiettoria e alle azioni dell'avversario, gestendo errore e risultato competitivo.
Dimensioni: motoria – cognitiva – emotivo-relazionale.

TERZO ANNO – ANALIZZARE E ADATTARE
Focus pedagogico
Passaggio dalla semplice esecuzione alla scelta motoria consapevole. Lo studente impara a leggere situazioni variabili, anticipare, decidere, utilizzare feedback e primi strumenti digitali di analisi.

Modulo 1 – Decision making negli sport di opposizione
Esperienze
Badminton e tennistavolo.
Contenuti
- anticipazione;
- variazione delle traiettorie;
- occupazione dello spazio;
- lettura dell'avversario;
- strategie offensive e difensive.

Competenze
Osservare l'avversario, formulare una strategia, adattarla durante il gioco e motivare le proprie scelte.

Modulo 2 – Corpo, espressione e autoregolazione
Contenuti
- comunicazione non verbale;
- ritmo;

- equilibrio;
- mobilità;
- respirazione;
- controllo posturale;
- gestione dello stress.

Esperienze
Pilates, ginnastica, sequenze ritmiche ed espressive, composizioni motorie individuali e cooperative.
Competenze
Utilizzare consapevolmente corpo e movimento con finalità espressive, comunicative e di autoregolazione.

Modulo 3 – Sport di invasione e problem solving
Esperienze
Calcio a 5, pallacanestro, pallamano.
Contenuti trasversali
- creare e occupare spazio;
- smarcamento;
- superiorità numerica;
- transizioni;
- collaborazione offensiva e difensiva;
- decision making.

Competenze
Riconoscere principi tattici comuni a sport differenti e trasferire strategie da un'attività all'altra.
Dimensioni: cognitiva – motoria – sociale.

Modulo 4 – Osservare e analizzare il movimento
Contenuti
- feedback;
- analisi dell'errore;
- osservazione tra pari;
- videoanalisi elementare;
- frequenza cardiaca e RPE;
- raccolta e interpretazione dei dati.

Competenze
Utilizzare dati e strumenti digitali per osservare una prestazione, individuare criticità e formulare ipotesi di miglioramento.
Le Indicazioni prevedono infatti un progressivo utilizzo consapevole di strumenti e tecnologie digitali, comprese applicazioni basate sull'IA, per raccogliere, leggere e interpretare dati relativi al corpo in movimento.

Modulo 5 – La nascita dello sport moderno nell'Ottocento
Contenuti
- società borghese e affermazione dello sport;
- sviluppo dello sport competitivo in Inghilterra;
- ruolo delle scuole e delle università inglesi;
- diffusione dello sport negli Stati Uniti;
- diffusione nell'Europa continentale;
- ginnastica e identità nazionale;
- seconda rivoluzione industriale e tempo libero;

- sport come spettacolo;
- nascita delle federazioni e codificazione delle regole;
- sviluppo delle nuove discipline sportive;
- nascita delle Olimpiadi moderne;
- sport e ginnastica nell'Italia del Risorgimento e postunitaria;
- diffusione dei "giochi inglesi" in Italia.

I contenuti seguono il nucleo del libro di testo dedicato alla nascita dello sport moderno nell'Ottocento e alla sua diffusione in Inghilterra, Stati Uniti, Europa e Italia.

Domanda guida

Perché lo sport moderno si sviluppa nell'Ottocento e perché l'Inghilterra assume un ruolo così importante nella sua diffusione?

Competenze

Comprendere la nascita dello sport moderno mettendola in relazione con le trasformazioni economiche, sociali e culturali dell'Ottocento.

Riconoscere il ruolo della codificazione delle regole, delle associazioni e delle federazioni nella trasformazione delle pratiche sportive.

Individuare le relazioni tra industrializzazione, tempo libero, sviluppo urbano e diffusione dello sport.

Dimensioni prevalenti: cognitiva – sociale.

Collegamenti: Storia – Educazione civica.

QUARTO ANNO – PROGETTARE E GESTIRE

Focus pedagogico

Lo studente passa progressivamente dal ruolo di esecutore a quello di progettista della propria attività, osservatore, tutor, arbitro e responsabile del gruppo.

Modulo 1 – Teoria e metodologia dell'allenamento

Contenuti

- volume;
- intensità;
- densità;
- recupero;
- specificità;
- progressione del carico;
- circuit training;
- interval training;
- forza, resistenza, mobilità.

Attività

Progettazione e sperimentazione di semplici sedute individuali e a coppie.

Competenze

Progettare un'attività adeguata a un obiettivo, monitorarne gli effetti e modificarla sulla base delle risposte osservate.

Modulo 2 – Progettare attraverso lo sport

Esperienze

Pallavolo, pallamano, pallacanestro, calcio a 5.

Attività

Gli studenti progettano:

- un'esercitazione;
- una progressione didattica;
- una situazione di superiorità numerica;
- una strategia;

- una variante regolamentare.

Competenze
Ideare soluzioni motorie, verificarne l'efficacia e modificarle sulla base dei risultati.

Modulo 3 – Primo soccorso e sicurezza
Contenuti
- prevenzione degli infortuni;
- riconoscimento delle situazioni di emergenza;
- sistema di soccorso;
- BLS secondo modalità compatibili con la formazione scolastica;
- traumi sportivi;
- comportamenti corretti e comportamenti da evitare.

Competenze
Riconoscere una situazione potenzialmente pericolosa e adottare comportamenti appropriati di prevenzione, allertamento e primo intervento.

Modulo 4 – Leadership, arbitraggio e gestione
Esperienze
Arbitraggio, peer tutoring, organizzazione di tornei, gestione delle stazioni di lavoro.
Competenze
Assumere ruoli differenti, comunicare efficacemente, fornire feedback, gestire conflitti e contribuire all'organizzazione democratica del gruppo.
Dimensioni prevalenti: sociale – cognitiva – emotivo-relazionale.

Modulo 5 – Sport e società di massa tra le due guerre
Contenuti
- affermazione della società di massa;
- giovani e pratica sportiva;
- sport e classi sociali;
- sviluppo delle grandi competizioni;
- professionismo sportivo;
- cinema, radio e spettacolo sportivo;
- sport nei regimi autoritari e totalitari;
- sport durante il fascismo;
- organizzazioni sportive e giovanili;
- sport come strumento di propaganda;
- Germania nazista e Olimpiadi di Berlino del 1936;
- ideologie razziali e sport;
- partecipazione femminile allo sport;
- pregiudizi nei confronti delle atlete;
- progressiva emancipazione sportiva femminile.

Il modulo riprende il percorso del libro di testo relativo alla società di massa e alla diffusione dello sport tra le due guerre, con particolare attenzione a professionismo, mezzi di comunicazione, regimi totalitari e partecipazione femminile.
Domanda guida
Perché nel Novecento lo sport diventa anche uno strumento sociale, politico e identitario?
Competenze
Analizzare le relazioni tra sport, società di massa, politica e mezzi di comunicazione.

Comprendere criticamente l'utilizzo dello sport come strumento di propaganda, costruzione del consenso e rappresentazione dell'identità nazionale.
Riconoscere l'evoluzione della partecipazione femminile allo sport e il rapporto tra pratica sportiva e trasformazioni sociali.
Dimensioni prevalenti: cognitiva – sociale.
Collegamenti: Storia – Educazione civica.

QUINTO ANNO – SCEGLIERE E TRASFERIRE
Focus pedagogico
Consolidamento dell'autonomia personale e trasferimento delle competenze motorie, scientifiche e sociali alla vita adulta.

Modulo 1 – Attività fisica, salute e scelte consapevoli
Contenuti
- attività fisica e salute;
- sedentarietà;
- recupero;
- alimentazione;
- sonno;
- dipendenze;
- doping;
- comportamenti a rischio;
- benessere psicofisico.

Attività
Analisi di casi, dati, fonti informative e messaggi provenienti da media e social network.
Competenze
Valutare criticamente informazioni relative a fitness e salute e motivare scelte personali sostenibili.

Modulo 2 – Il mio progetto di attività fisica
Contenuti
- fitness personale;
- scelta degli obiettivi;
- programmazione;
- monitoraggio;
- adattamento;
- attività fisica lungo l'arco della vita.

Prodotto finale
Progettazione di un piano personale realistico e sostenibile di attività fisica, accompagnato da criteri di monitoraggio e autovalutazione.
Competenze
Programmare autonomamente attività finalizzate al mantenimento della salute e del benessere oltre il percorso scolastico.

Modulo 3 – Sport, adattamento e inclusione
Esperienza privilegiata
Sitting Volley e attività motorie adattate.
Contenuti
- adattamento delle regole;
- modifica di spazi e attrezzature;
- sport paralimpico;

- cooperazione;
- equità;
- accessibilità;
- valorizzazione delle differenze.

Competenze
Progettare e vivere situazioni motorie inclusive, adattando attività, regole e strategie alle caratteristiche dei partecipanti.

Modulo 4 – Movimento nella vita reale
Esperienze
Attività outdoor, cammino, corsa, orienteering, attività in ambiente urbano o naturale, sport autogestiti, organizzazione di eventi.
Contenuti
- sicurezza;
- mobilità attiva;
- orientamento;
- sostenibilità;
- attività fisica negli spazi pubblici;
- cittadinanza attiva.

Competenze
Trasferire autonomamente le competenze acquisite a contesti sportivi, naturali, urbani e quotidiani.

Modulo 5 – Sport e società contemporanea
Contenuti
- sport nel secondo dopoguerra;
- sviluppo economico e diffusione della pratica sportiva;
- televisione e sport;
- sponsorizzazioni e marketing;
- sport durante la Guerra fredda;
- confronto sportivo tra Stati Uniti e Unione Sovietica;
- sport come strumento di prestigio internazionale;
- sport nell'Italia del dopoguerra;
- ciclismo e figure di Coppi e Bartali;
- diffusione del calcio e ruolo della televisione;
- Olimpiadi di Roma del 1960;
- decolonizzazione e sport;
- partecipazione dei Paesi afroasiatici allo sport internazionale;
- globalizzazione dello sport;
- mobilità internazionale degli atleti;
- evoluzione della partecipazione femminile e parità di genere;
- Internet e nuovi media;
- sponsorizzazioni e interessi economici;
- migrazioni, integrazione e dialogo interculturale attraverso lo sport.

Il modulo sviluppa i nuclei conclusivi del percorso proposto dal libro di testo: secondo dopoguerra, Guerra fredda, sviluppo dello sport in Italia, decolonizzazione e trasformazioni dello sport nel "villaggio globale".
Domanda guida
Lo sport contemporaneo è ancora soltanto una pratica motoria e competitiva o è diventato un fenomeno sociale, economico, culturale e mediatico globale?
Competenze

Interpretare criticamente lo sport contemporaneo come fenomeno sociale, culturale, economico e mediatico.
Comprendere le relazioni tra sport, politica, comunicazione, globalizzazione e trasformazioni della società.
Riconoscere potenzialità e criticità dello sport rispetto a inclusione, parità di genere e dialogo interculturale.
Dimensioni prevalenti: cognitiva – sociale.
Collegamenti: Storia – Educazione civica.

DISCIPLINE SPORTIVE E PRINCIPIO DI TRASFERIBILITÀ
Le discipline sportive costituiscono un repertorio flessibile di esperienze attraverso cui perseguire gli obiettivi curricolari.
Sono previste, in relazione a spazi, attrezzature e competenze disponibili:
Atletica leggera – Ginnastica – Pilates – Pallavolo – Sitting Volley – Pallacanestro – Pallamano – Calcio a 5 – Badminton – Tennistavolo – Karate – attività di fitness – attività outdoor.
La stessa disciplina può essere proposta in anni differenti con finalità progressivamente più complesse.
Pallavolo
1ª → controllo della palla
2ª → collaborazione e spazio
3ª → costruzione tattica
4ª → progettazione e feedback
5ª → adattamento e Sitting Volley
Atletica
1ª → sperimentare
2ª → misurare
3ª → analizzare
4ª → allenare
5ª → utilizzare per la salute
Pallamano / Pallacanestro / Calcio a 5
tecnica → collaborazione → occupazione dello spazio → superiorità numerica → decision making → strategia → gestione autonoma.
Badminton / Tennistavolo
controllo → traiettoria → anticipazione → lettura dell'avversario → strategia → autovalutazione.

TECNOLOGIE DIGITALI E INTELLIGENZA ARTIFICIALE
Coerentemente con le Indicazioni Nazionali, l'utilizzo delle tecnologie non viene limitato alla funzione di supporto alla lezione, ma diviene progressivamente strumento di apprendimento e di analisi. Le Indicazioni prevedono infatti che gli studenti siano guidati a raccogliere, leggere e interpretare dati relativi al corpo in movimento anche mediante tecnologie che si avvalgono dell'intelligenza artificiale.
Nel quinquennio potranno essere utilizzati, in relazione alla disponibilità:

- cronometri e strumenti di misurazione;
- frequenza cardiaca;
- scale di percezione dello sforzo;
- contapassi e accelerometri;
- registrazioni video;
- semplici strumenti di videoanalisi;
- fogli elettronici e rappresentazioni grafiche;
- applicazioni digitali;
- strumenti di IA per analizzare criticamente programmi, informazioni e dati.

L'uso degli strumenti digitali dovrà essere accompagnato dalla capacità di valutarne attendibilità, limiti e appropriatezza.

METODOLOGIE DIDATTICHE

La metodologia privilegia una didattica attiva e laboratoriale attraverso:

- problem solving;
- cooperative learning;
- peer tutoring;
- scoperta guidata;
- giochi a tema;
- small-sided games;
- circuiti e stazioni;
- osservazione tra pari;
- autovalutazione;
- analisi di casi;
- raccolta e interpretazione di dati;
- flipped classroom;
- discussione guidata;
- progettazione individuale e di gruppo.

La lezione tende, quando possibile, a partire da una domanda, un problema o un'esperienza motoria autentica, favorendo formulazione di ipotesi, sperimentazione, confronto e successiva formalizzazione delle conoscenze.

Nei moduli dedicati alla storia e alla dimensione sociale dello sport vengono privilegiati l'analisi di casi, documenti, immagini, dati e problemi storici significativi, favorendo il collegamento tra fenomeno sportivo e contesto sociale e culturale.

ATTIVITÀ A CLASSI APERTE

Viene mantenuta e valorizzata la proposta originaria dei moduli a classi aperte, considerata un'opportunità per socializzazione, inclusione, personalizzazione, cooperazione e utilizzo efficace della compresenza.

Struttura indicativa: 3 settimane / 6 ore

Settimana 1 – Problema e sperimentazione

Presentazione di una situazione-problema e organizzazione di gruppi eterogenei. Prima sperimentazione pratica e raccolta delle osservazioni.

Settimana 2 – Approfondimento e adattamento

Rotazione a stazioni, feedback dei docenti, osservazione tra pari, integrazione delle conoscenze scientifiche e/o tattiche.

Settimana 3 – Applicazione e valutazione formativa

Situazione autentica: gioco, torneo, circuito, performance, progettazione o compito di realtà.
Osservazione sistematica, feedback e autovalutazione.

I due docenti possono differenziare compiti e livelli di difficoltà senza creare una separazione stabile tra studenti “forti” e “deboli”.

VALUTAZIONE

La valutazione ha funzione formativa e sommativa e riguarda il processo di apprendimento oltre al risultato raggiunto.

Le evidenze possono essere raccolte attraverso:
prove pratiche, situazioni di gioco, osservazioni sistematiche, test, questionari, prove scritte/orali, compiti autentici, progettazioni, diari, analisi di dati, arbitraggio, peer assessment e autovalutazione.

La valutazione considera le cinque dimensioni curricolari:

1. Stili di vita attivi e sani
2. Motoria
3. Cognitiva
4. Sociale
5. Emotivo-relazionale

e tiene conto del miglioramento individuale rispetto alla situazione di partenza, dell'autonomia progressivamente raggiunta e della capacità di utilizzare feedback e strategie di miglioramento.
La specifica rubrica dipartimentale costituisce allegato alla presente programmazione.

OBIETTIVI ESSENZIALI

Gli obiettivi essenziali vengono espressi attraverso comportamenti osservabili e adattati all'anno di corso e alle caratteristiche dello studente.
Al livello essenziale lo studente:

- esegue abilità motorie fondamentali in situazioni semplici;
- applica le principali regole di sicurezza;
- riconosce concetti essenziali relativi a corpo, movimento e salute;
- applica semplici regole tecnico-tattiche;
- collabora rispettando compagni, ruoli e regole;
- riconosce l'errore e utilizza semplici feedback;
- adotta comportamenti coerenti con uno stile di vita attivo e sicuro;
- dimostra progressiva autonomia nell'organizzazione della propria attività motoria.

SINTESI DEL CURRICOLO VERTICALE

Anno	Focus	Competenza chiave	Esperienze prevalenti	Modulo storico-culturale
1ª	Conoscere e percepire	Eseguire e riconoscere	Ginnastica, atletica, pallavolo, basket, pallamano, badminton	—
2ª	Sperimentare e misurare	Misurare e confrontare	Atletica, pallavolo, basket, pallamano, badminton, tennistavolo	—
3ª	Analizzare e adattare	Scegliere e risolvere	Calcio a 5, basket, pallamano, badminton, tennistavolo, Pilates	**Nascita dello sport moderno nell'Ottocento**
4ª	Progettare e gestire	Progettare e assumere responsabilità	Allenamento, sport di squadra, arbitraggio, primo soccorso	**Sport e società di massa tra le due guerre**
5ª	Scegliere e trasferire	Autonomia e transfer	Fitness, Sitting Volley, outdoor, sport autogestiti	**Sport e società contemporanea**

PROGRESSIONE STORICO-CULTURALE NEL TRIENNIO

Il percorso storico-culturale segue una progressione coerente con lo sviluppo delle competenze cognitive dello studente e con i contenuti del libro di testo:

TERZO ANNO
CONTESTUALIZZARE

Nascita dello sport moderno → società borghese → industrializzazione → codificazione → federazioni → Olimpiadi moderne.

QUARTO ANNO
ANALIZZARE
Società di massa → professionismo → mezzi di comunicazione → sport e politica → propaganda → partecipazione femminile.

QUINTO ANNO
INTERPRETARE CRITICAMENTE
Dopoguerra → Guerra fredda → televisione → decolonizzazione → globalizzazione → economia → media → genere → migrazioni.
La finalità non è la sola memorizzazione di eventi e date, ma la capacità di **comprendere lo sport all'interno del contesto storico e interpretarne criticamente le trasformazioni**.

FINALITÀ AL TERMINE DEL QUINQUENNIO
Al termine del percorso lo studente dovrà essere progressivamente in grado non soltanto di eseguire attività motorie e sportive, ma di:
comprendere il proprio corpo → osservare e interpretare → prendere decisioni → risolvere problemi → collaborare → gestire emozioni e difficoltà → progettare → autovalutarsi → trasferire le competenze alla propria vita.
Nel triennio, lo studio della dimensione storica e sociale dello sport concorre inoltre a sviluppare la capacità di:
CONTESTUALIZZARE → ANALIZZARE → INTERPRETARE CRITICAMENTE
lo sport come fenomeno connesso alle trasformazioni storiche, sociali, politiche, economiche e culturali.
L'obiettivo conclusivo è contribuire alla formazione di una persona capace di utilizzare in modo autonomo, critico e consapevole il movimento come risorsa permanente per la salute, il benessere, la relazione e la cittadinanza e di comprendere il **valore culturale e sociale dello sport nella società moderna e contemporanea**.