



PROGRAMMAZIONE DIDATTICA

Mod. MQ08A03 Rev. 1 A.S. 2025/26

Pag. 1/4

PROGRAMMA FINALE

Anno Scolastico	2025/26	Classe	4	Sez.	G
Disciplina	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE				
Docente	COLELLA Caterina				
	(Firma/e)				



PROGRAMMAZIONE DIDATTICA

Mod. MQ08A03 Rev. 1 A.S. 2025/26

Pag. 1/4

PROGRAMMA SVOLTO

SEZ. 1 - CONOSCENZE ACQUISITE	
1	Padroneggiare gli strumenti espressivi e argomentativi indispensabili per gestire l'interazione comunicativa verbale e non-verbale nei vari contesti sociali.
2	Individuare le strategie appropriate per la risoluzione di problemi semplici.
3	Osservare, descrivere e analizzare fenomeni appartenenti alla realtà naturale e artificiale; riconoscere nelle sue varie forme i concetti di sistema e complessità.
4	Collocare l'esperienza personale in un sistema di regole fondato sul reciproco riconoscimento dei diritti garantiti dalla Costituzione a tutela della persona, della collettività e dell'ambiente.

SEZ. 2 - COMPETENZE ACQUISITE	
1	Miglioramento della qualità e dell'efficienza fisica.
2	Miglioramento e consolidamento della capacità coordinative.
3	Autoefficacia nel realizzare azioni motorie coerenti con attività sportive specifiche.
4	Conoscere e padroneggiare il regolamento e i fondamentali tecnici di gioco delle principali discipline sportive scolastiche.

SEZ. 3 - STRATEGIE ATTUATE PER IL CONSEGUIMENTO DELLE COMPETENZE	
1	Attività tecnico-coordinative, sportive individuali, collettive e di squadra.
2	Informazioni tecnico-tattiche nei compiti di realtà: esercitazioni situazionali pratiche.
3	Momenti ludico-motori formativi.
4	Autoefficacia e autoconsapevolezza sotto supervisione e in autonomia: test motori, mini-tornei, gare.

SEZ. 4 - ABILITÀ RAGGIUNTE	
1	Saper affrontare in modo adeguato all'età gli apprendimenti legati alle capacità condizionali.
2	Saper affrontare in modo adeguato all'età gli apprendimenti legati alle capacità coordinative.
3	Saper affrontare e riconoscere le informazioni e la comunicazione legate ai linguaggi motori.
4	Comprendere e attuare scelte fondamentali e coerenti alla disciplina praticata.

SEZ. 5 – CONTENUTI SVOLTI	
1	Ginnastica generale a corpo libero e allungamento muscolare attivo e passivo.
2	Sport di racchetta: tennis tavolo, mini-tennis, volano, padel, pickleball, palla tamburello.



PROGRAMMAZIONE DIDATTICA

Mod. MQ08A03 Rev. 1 **A.S. 2025/26**

Pag. 1/4

3	Giochi popolari e di strada con sue declinazioni territoriali: basket 3x3, mondiali, mischiata, tedesca, calcio tennis, schiaccia 7, tag rugby.
4	Gioco-sport individuale e di squadra (pallavolo, pallacanestro, calcio a 5) con elementi teorici (prevenzione infortuni e sicurezza nei luoghi sportivi, cenni di anatomia e fisiologia dei principali apparati e sistemi coinvolti e che intervengono nella specifica attività sportiva, regolamento dei giochi sportivi praticati, cenni di biomeccanica.

FIRMA DOCENTE/I

FIRMA ALUNNI



PROGRAMMAZIONE DIDATTICA

Mod. MQ08A03 Rev. 1 A.S. 2025/26

Pag. 1/4

SEZ. 6 – ATTIVITÀ PRATICHE DI LABORATORIO REALIZZATE

1	Tutte le attività di SSMMSS proposte hanno fondamenti pratici e laboratoriali in un ottica esperienziale.
2	
3	
4	

SEZ. 7 – ATTIVITÀ CULTURALI ED INTEGRATIVE, PROGETTI, PROPOSTE DAL TERRITORIO REALIZZATI

		DISCIPLINE COINVOLTE
1	Rispetto delle regole e fair play	
2	Centro Sportivo Scolastico	
3	Progetto Movimento 2025	
4	PCTO AIA	

SEZ. 8 - MODALITÀ DI VERIFICA DELL'APPRENDIMENTO E VALUTAZIONE

1	Le valutazioni finali riguarderanno il miglioramento rispetto i livelli di partenza e dei miglioramenti effettivamente conseguiti rispetto alle competenze acquisite e agli obiettivi minimi.
2	Continuità nell'impegno e nella partecipazione alla lezione.
3	
4	

SEZ. 9 – METODOLOGIE E STRUMENTI UTILIZZATI

1	Didattica laboratoriale
2	Apprendimento cooperativo
3	Azioni didattiche inclusive e integrative
4	Metodologia didattica a spirale

SEZ. 10 - VALUTAZIONE DELL'AZIONE DIDATTICA

L'azione didattica è stata costantemente improntata sul rispetto delle norme di sicurezza e di prevenzione compatibilmente con le dinamiche e la struttura del gruppo classe, con i materiali, gli spazi e le attrezzature disponibili.



PROGRAMMAZIONE DIDATTICA

Mod. MQ08A03 Rev. 1 **A.S. 2025/26**

Pag. 1/4

SEZ. 11 – TESTI E MATERIALI UTILIZZATI

Libro di testo, unico per il quinquennio, e materiali multimediali connessi: "Più movimento". Materiali, attrezzi, attrezzature e strumenti propri delle SSMMSS in uso nel Laboratorio Palestra.