

**Giacomo Fauser**

Istituto Tecnico Settore Tecnologico

Via Ricci, 14 – 28100 Novara

*fauser@fauser.edu*

# **DIDATTICA PER COMPETENZE PROGRAMMAZIONE DI DIPARTIMENTO QUINTO ANNO**

**SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

Professori:	<b>Colella Maurizio, Fadda Nicola, Giacometti Antonella, Pagani Alessandro, Silvestri Matteo</b>
Materia:	EDUCAZIONE FISICA

Classi:	<p>CLASSI QUINTE</p> <p>Indirizzo Informatica e Telecomunicazioni Articolazione Informatica</p> <p>Indirizzo Costruttori Articolazione: Costruzione del mezzo aereo</p> <p>Indirizzo Logistico Articolazione Logistica</p>
Numero ore settimanali:	Due ore settimanali

Il presente Piano di lavoro annuale della disciplina è predisposto nell'ambito della programmazione collegiale di Dipartimento

## LIVELLI DI PARTENZA, ATTIVITA' DI RECUPERO E PERCORSI DI ECCELLENZA

Strumenti utilizzati per il rilievo:    ☒ test di ingresso  
   ☒ griglie di osservazione

Attività di recupero che si possono attivare:

Il recupero di conoscenze ed abilità, se necessario, sarà svolto in itinere o mediante la consegna di esercitazioni aggiuntive. Le verifiche saranno preparate con prove pratiche, secondo le abilità da verificare e le modalità stabilite da ogni insegnante.

Le tipologie di recupero fruibili sono:

° recupero in orario curricolare

Percorsi di eccellenza che si possono attivare:    Non saranno attivati percorsi di eccellenza

## ATTIVITA' INTRA/EXTRASCOLASTICHE

Tipologie di attività che si possono attivare:

I docenti di Scienze Motorie organizzeranno i tornei d'Istituto di calcio a 5 (maschile) e di pallavolo misto (maschile e femminile). Inoltre, si terranno le selezioni per far parte delle Rappresentative di Istituto, valide per la partecipazione ai Campionati Sportivi Studenteschi 2025- 2026, per le fasi provinciali, regionali e nazionali. Le partite dei tornei si svolgeranno nei pomeriggi di martedì, giovedì e venerdì, dalle ore 14:00 alle 15:30, coinvolgendo tutte le classi del primo biennio e del

secondo biennio e del quinto anno. Le selezioni per le Rappresentative del Fauser si terranno anch'esse nei pomeriggi di martedì, giovedì e venerdì, dalle ore 14:00 alle 15:30, e saranno aperte a tutti gli allievi/e. Queste selezioni seguiranno una prima fase di interclasse, organizzata dai rispettivi docenti di Scienze Motorie, per le seguenti discipline: corsa campestre, atletica leggera, pallavolo, pallacanestro, calcio, tennistavolo e badminton.

### STAGE SPORTIVO A BIBIONE

La Federazione Italiana Pallavolo (FIPAV) ha messo a punto con particolare attenzione ogni dettaglio progettuale e organizzativo, scegliendo strutture ricettive in grado di fornire le migliori garanzie di sicurezza e qualità del soggiorno, affidando in esclusiva al tour operator Raduni Sportivi l'incarico di svolgere attività promozionali, organizzative. Il programma del viaggio si contraddistingue per l'assenza di "tempi morti" con sei ore di attività giornaliera, divisa in quattro moduli (due la mattina e due il pomeriggio) e un coinvolgente intrattenimento serale. I corsi sportivi sono affidati a qualificati tecnici federali e a giocatori di livello nazionale e internazionale che sapranno coinvolgere gli studenti in un contesto di gioco e allegria che stimolerà lo spirito di gruppo e la valorizzazione dei talenti di ciascuno e svolgeranno le lezioni pratiche in lingua inglese. Oltre ai corsi sportivi, il viaggio prevede a scelta dei partecipanti visite culturali ed escursioni naturalistiche percorsi di potenziamento linguistico, laboratori didattici e laboratori LIS (Lingua dei Segni Italiana). Tutte le attività sono state pensate per accogliere anche studenti con bisogni educativi speciali.

L'iniziativa proposta si prefigge di ampliare dal punto di vista culturale, motorio e sportivo le esperienze di ogni singolo alunno e di avvicinare un numero sempre più ampio di studenti alla conoscenza del nuovo ambiente.

Obiettivi generali:

- Sviluppare la maturazione della personalità di ogni singolo alunno rafforzando la propria identità personale, la responsabilità e la capacità di decisione.
- Creare abitudini di confronto, di apertura e di collaborazione.
- Stimolare le capacità decisionali, il coraggio, lo spirito di adattamento a situazioni esterne nuove con il superamento di difficoltà impreviste.
- Sviluppare una conoscenza sempre più consapevole dell'ambiente e del territorio, maturare rispetto per la natura per recuperare un rapporto corretto dell'uomo con l'ambiente.
- Migliorare il rapporto con i compagni, gli insegnanti e gli altri attraverso il rispetto di regole comprensive dei principi di collaborazione e uguaglianza fra gli individui.
- Stimolare, mediante la presenza di esperti, la discussione e il confronto con interventi personali degli alunni.

Obiettivi motori e sportivi:

- Avviamento e perfezionamento di abilità specifiche.
- Scoperta e consapevolezza delle attitudini motorie personali.
- Incremento delle capacità coordinative e condizionali.
- Acquisizione di un sano spirito agonistico e superamento di remore psicologiche.
- Accettazione della competizione come messa a prova delle capacità e del proprio adattamento.
- Partecipazione attiva e consapevole a tutte le attività.
- Acquisizione delle normative comportamentali sui campi di gara Apprendimento di regole elementari di primo soccorso.

## PATTINAGGIO

Le uscite didattiche che saranno in orario scolastico, hanno la finalità di portare gli studenti a pattinare sul ghiaccio presso la pista di Piazza Puccini a Novara.

### OBIETTIVI:

- Sperimentazione delle possibilità di movimento in ambiente ghiaccio;
- Utilizzo e trasferimento in ambiente ghiaccio delle capacità motorie acquisite durante lo svolgimento della programmazione didattica di scienze motorie;
- Acquisizione delle abilità di base relative allo scivolamento su ghiaccio;
- Rafforzamento e consolidamento dell'autostima e dell'autovalutazione in un ambiente per molti nuovo;
- Suscitare curiosità e interesse al fine di far accrescere il senso di appartenenza al gruppo classe .

## RISULTATI DI APPRENDIMENTO RELATIVI AL PROFILO EDUCATIVO, CULTURALE E PROFESSIONALE

L'insegnamento delle Scienze Motorie e Sportive, naturale proseguimento della scuola secondaria di primo grado, costituisce un prezioso contributo alla formazione dello studente, veicolando l'apprendimento di competenze motorie, sportive, espressive, emotive, sociali, patrimonio indispensabile per una crescita sana ed armonica della persona. Superando la vecchia dicotomia corpo-mente le rinnovate Scienze Motorie e Sportive si propongono come elemento essenziale per lo sviluppo integrale del giovane, attraverso esperienze, scoperte, prese di coscienza e abilità nuove, che diventano patrimonio personale dell'alunno.

Al termine del percorso di studi lo studente dovrà:

- Aver acquisito il valore della propria corporeità come manifestazione di una personalità equilibrata e stabile;
- Aver consolidato una cultura motoria e sportiva quale costume di vita;
- Aver raggiunto un completo sviluppo corporeo e della capacità attraverso l'utilizzo e l'incremento delle capacità motorie e delle funzioni neuromuscolari;
- Aver acquisito una solida conoscenza e pratica di alcuni sport individuali e di squadra valorizzando le attitudini personali;
- Aver sperimentato e compreso il valore del linguaggio del corpo.
- Aver affrontato e assimilato problemi legati all'alimentazione, alla sicurezza in ambito sportivo e alla propria condizione fisica, utili per acquisire un corretto e sano stile di vita.
- Aver acquisito una conoscenza ed un'esperienza diretta in ambito sportivo nei diversi ruoli per poter valutare e apprezzare lo sport come valore di confronto e come momento formativo utile a favorire l'acquisizione di comportamenti sociali corretti per un inserimento consapevole nella società e nel mondo del lavoro.

La personalità dello studente potrà essere pienamente valorizzata attraverso l'ulteriore diversificazione delle attività, utili a scoprire ed orientare le attitudini personali nell'ottica del pieno sviluppo del potenziale di ciascun

individuo. In tal modo le scienze motorie potranno far acquisire allo studente abilità molteplici, trasferibili in qualunque altro contesto di vita. Ciò porterà all'acquisizione di corretti stili comportamentali che abbiano radice nelle attività motorie sviluppate nell'arco del quinquennio in sinergia con l'educazione alla salute, all'affettività, all'ambiente e alla legalità.

Al termine del quinto anno lo studente dovrà dimostrare di aver raggiunto:

- La capacità di utilizzare le qualità condizionali adattandole alle diverse esperienze motorie ed ai vari contenuti tecnici.
- Di conoscere le metodologie di allenamento.
- Un significativo miglioramento delle capacità coordinative in situazioni complesse;
- Di conoscere almeno due giochi sportivi verso cui mostra di avere competenze tecnico tattiche.
- Di conoscere e di essere consapevole degli effetti positivi prodotti dall'attività fisica sugli apparati del proprio corpo.
- Di conoscere i principi fondamentali per una corretta alimentazione e per un sano stile di vita e conoscere le principali norme di primo soccorso e prevenzione infortuni.
- Di impegnarsi in attività ludiche e sportive in contesti diversificati, non solo in palestra e sui campi di gioco, ma anche all'aperto, per il recupero di un rapporto corretto con l'ambiente naturale e di aver un comportamento responsabile verso il comune patrimonio ambientale per la sua tutela.

## RISULTATI DI APPRENDIMENTO ESPRESSI IN TERMINI DI COMPETENZE

L'insieme delle competenze proposte si riferisce a quattro macro ambiti dell'educazione fisica; all'interno di ogni macro

competenza sono stati considerati i temi ritenuti fondamentali, poi sono stati declinati gli Obiettivi specifici di Apprendimento che coinvolgono l'aspetto cognitivo (modo personale di apprendere conoscenze e acquisire abilità), affettivo-relazionale (modo personale di proporsi e proporre agli altri), e meta cognitivo (modo personale di valutarsi nelle diverse esperienze in termini di procedure, strategie e soluzioni) della persona, suddivisi in Conoscenze e Abilità, pensati per il primo biennio, il secondo biennio e il quinto anno ed infine i Traguardi di sviluppo delle competenze previsti al termine del biennio (obbligo scolastico) e al termine del triennio (quinto anno). Per ogni competenza, vista la necessità di certificarne i livelli raggiunti, è stato definito lo Standard di apprendimento e i Livelli di possesso della competenza. Messe a fuoco le competenze essenziali, per la

progettazione disciplinare si individuano quattro macrocompetenze:

1. Il movimento: il corpo in movimento nelle variabili spazio e tempo, anche in ambiente naturale, nello sviluppo delle abilità motorie e nelle modificazioni fisiologiche.
2. I linguaggi del corpo: espressività corporea, altri linguaggi, aspetti comunicativi e relazionali.
3. Il gioco e lo sport : aspetti cognitivi, partecipativi e relazionali, sociali, tecnici, tattici, del fair play e del rispetto delle regole.
- 4: La salute e il benessere : sicurezza e prevenzione (rispetto a sé, agli altri, agli spazi, agli oggetti), conoscenza del primo soccorso, sviluppo di stili di vita attivi per il miglioramento della salute intesa come benessere (alimentazione, igiene, pratica motoria) e conoscenza dei danni derivati dall'uso di sostanze illecite

Le competenze non sono prescrittive, ma indicative, assunte in modo flessibile e trasversale : ogni docente individuerà le competenze da inserire nella propria progettazione tenendo conto della realtà dei propri allievi, del contesto di lavoro a volte limitante (condivisione degli spazi con altri docenti, scarsità di spazi e/o attrezzature), confrontandosi anche col quadro di riferimento che ne indica la progressività in base al criterio della complessità crescente; le competenze sono per loro natura trasversali, perché coinvolgono sempre tutte le dimensioni della persona secondo una logica di integralità e di unitarietà.

Definizione di competenza motoria:

La competenza motoria indica la comprovata capacità di usare conoscenze, abilità e capacità personali, sociali e metodologiche in ambito ludico, sportivo, espressivo, del benessere e del tempo libero. Le competenze sono espresse i termini



di responsabilità, autonomia e consapevolezza. Definizione di standard motorio: lo standard motorio definisce una soglia accettabile per determinare il possesso ( l'acquisizione ) di una competenza. Definizione di livello di competenza: il livello di sviluppo della competenza esprime il grado di possesso qualitativo e quantitativo della competenza. Ne vengono individuati tre:

- minimo (livello1 parziale -basilare):si avvicina-possiede lo standard stabilito (voto 6/10)
- intermedio ( livello 2 adeguato): possiede pienamente - supera lo standard stabilito (voti 7/10- 8/10)
- elevato ( livello 3 eccellente): eccelle – supera pienamente lo standard stabilito (voti 9/10-10/10)

## COMPETENZE CHIAVE DI CITTADINANZA QUINTO ANNO

Delle otto competenze chiave di cittadinanza Il **DM 139/2007** rimane un punto di riferimento centrale, ma ha subito vari aggiornamenti attraverso altre leggi e decreti, soprattutto per quanto riguarda la valutazione, D.lgs 62/2017, l'educazione digitale, PNSD 2015, e la cittadinanza attiva, Legge 92/2019. L'insegnamento della disciplina nel quinto anno della scuola secondaria di 2° grado, in una prospettiva di interazione con le altre discipline, si occupa dello sviluppo delle seguenti aree:

- ☐ • **Imparare ad imparare:** organizzare il proprio apprendimento, individuando, scegliendo ed utilizzando varie fonti e varie modalità di informazione e di formazione (formale, non formale ed informale), anche in funzione dei tempi disponibili, delle proprie strategie e del proprio metodo di studio e di lavoro.
- ☐ • **Progettare:** elaborare e realizzare progetti riguardanti lo sviluppo delle proprie attività di studio e di lavoro, utilizzando le conoscenze apprese per stabilire obiettivi significativi e realistici e le relative priorità, valutando i vincoli e le possibilità esistenti, definendo strategie di azione e verificando i risultati raggiunti.
- ☐ • **Comunicare o comprendere messaggi di genere diverso** (quotidiano, letterario, tecnico, scientifico) e di complessità diversa, trasmessi utilizzando linguaggi diversi (verbale, matematico, scientifico, simbolico, ecc.) mediante diversi supporti (cartacei, informatici e multimediali) o rappresentare eventi, fenomeni, principi, concetti, norme, procedure, atteggiamenti, stati d'animo, emozioni, ecc. utilizzando linguaggi diversi (verbale, matematico, scientifico, simbolico, ecc.) e diverse conoscenze disciplinari, mediante diversi supporti (cartacei, informatici e multimediali).
- ☐ • **Collaborare e partecipare:** interagire in gruppo, comprendendo i diversi punti di vista, valorizzando le proprie e le altrui capacità, gestendo la conflittualità, contribuendo all'apprendimento comune ed alla realizzazione delle attività collettive, nel riconoscimento dei diritti fondamentali degli altri.
- ☐ • **Agire in modo autonomo e responsabile:** sapersi inserire in modo attivo e consapevole nella vita sociale e far valere al suo interno i propri diritti e bisogni riconoscendo al contempo quelli altrui, le opportunità comuni, i limiti, le regole, le responsabilità.
- ☐ • **Risolvere problemi:** affrontare situazioni problematiche costruendo e verificando ipotesi, individuando le fonti e le risorse adeguate, raccogliendo e valutando i dati, proponendo soluzioni utilizzando, secondo il tipo di problema, contenuti e metodi delle diverse discipline.

## ARTICOLAZIONE DELL'INSEGNAMENTO

L'articolazione dell'insegnamento di SCIENZE MOTORIE in conoscenze e abilità è di seguito indicata quale orientamento per la progettazione didattica del docente, Indicazioni Nazionali e Linee Guida per gli Istituti di Istruzione Secondaria di Secondo Grado D.P.R. n. 88/2010, in relazione alle scelte compiute nell'ambito della programmazione collegiale del Consiglio di classe.

### LE COMPETENZE MOTORIE, GLI OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO, GLI ELEMENTI DI VALUTAZIONE (STANDARD E LIVELLI DI PADRONANZA)

#### Ambito di competenza 1 : MOVIMENTO

CONOSCENZE	ABILITA'
Quinto anno	

1.9.c.Riconoscere le diverse caratteristiche personali in ambito motorio e sportivo.	1.9.a.Avere consapevolezza delle proprie attitudini nell'attività motoria e sportiva.
1.10.c.Riconoscere il ritmo personale delle/nelle azioni motorie e sportive .	1.10.a.Padroneggiare le differenze ritmiche e realizzare personalizzazioni efficaci-
1.11.c.Conoscere le caratteristiche del territorio e le azioni per tutelarlo , in prospettiva di tutto l'arco della vita.	1.11.a.Mettere in atto comportamenti responsabili e di tutela del bene comune come stile di vita : long life learning.
1.12.c.Conoscere gli effetti positivi generati dai percorsi di preparazione fisica specifici, conoscere e decodificare tabelle di allenamento con strumenti tecnologici e multimediali	1.12.a.Trasferire e applicare autonomamente metodi di allenamento con autovalutazione e elaborazione dei risultati testati anche con la strumentazione tecnologica e multimediale.
<b>COMPETENZA STANDARD Classe Quinta</b>  Elabora e attua risposte motorie adeguate in situazioni complesse,assumendo i diversi ruoli dell'attività sportiva. Pianifica progetti e percorsi motori e sportivi	<b>LIVELLI</b>  3- pianifica e attua risposte motorie personalizzate in situazioni complesse. Rielabora autonomamente con senso critico percorsi motori e sportivi  2- realizza risposte motorie adeguate in situazioni complesse assumendo in autonomia i diversi ruoli e pianifica percorsi motori e sportivi  1-esegue azioni motorie in situazioni complesse , utilizzando varie informazioni e adeguandole al contesto e pianifica percorsi motori e sportivi.

### Ambito di competenza 2 : LINGUAGGI DEL CORPO

<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITA'</b>
<b>Quinto anno</b>	

<p>2.7.c. Conoscere le possibili interazioni fra linguaggi espressivi e altri contesti ( letterario, artistico, musicale, teatrale, filmico..).</p> <p>2.8.c. Conoscere gli aspetti della comunicazione non verbale per migliorare l'espressività e l'efficacia delle relazioni interpersonali.</p> <p>2.9.c. Conoscere le caratteristiche della musica e del ritmo in funzione del movimento e delle sue possibilità di utilizzo.</p>	<p>2.7.a. Padroneggiare gli aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea nell'ambito di progetti e percorsi anche interdisciplinari.</p> <p>2.8.a. Individuare tra le diverse tecniche espressive quella più congeniale alla propria modalità espressiva.</p> <p>2.9.a. Ideare e realizzare sequenze ritmiche espressive complesse individuali, a coppie, in gruppo, in modo fluido e personale.</p>
--	--

<p><b>COMPETENZA STANDARD Classe Quinta</b></p> <p>Rielabora creativamente il linguaggio espressivo in contesti differenti</p>	<p><b>LIVELLI</b></p> <p>3-è consapevole di favorire la libera espressione di stati d'animo ed emozioni attraverso il linguaggio non verbale. Assegna significato e qualità al movimento</p> <p>2-comunica attraverso un linguaggio specifico e interpreta i messaggi, volontari e involontari, che trasmette.</p> <p>1-riconosce i principali aspetti comunicativi , culturali e relazionali dell'espressività corporea.</p>
--	---

### Ambito di competenza 3 : GIOCO E SPORT

CONOSCENZE	ABILITA'
<b>Quinto anno</b>	
<p>3.9.c. Approfondire la conoscenza delle tecniche dei giochi e degli sport.</p> <p>3.10.c.Sviluppare le strategie tecnico tattiche dei giochi e degli sport.</p> <p>3.11.c. Padroneggiare la terminologia, il regolamento tecnico, il fair play e modelli organizzativi( tornei, feste sportive..).</p> <p>3.12.c.Conoscere i fenomeni di massa legati al mondo sportivo.</p>	<p>3.9.a.Trasferire autonomamente tecniche sportive proponendo varianti.</p> <p>3.10.a. Trasferire e realizzare autonomamente strategie e tattiche nelle attività sportive .</p> <p>3.11.a. Svolgere ruoli di direzione, organizzazione e gestione di eventi sportivi.</p> <p>3.12.a.Interpretare con senso critico i fenomeni di massa legati al mondo sportivo( tifo, doping,professionismo, scommesse...)</p>
<b>COMPETENZA STANDARD Classe Quinta</b>	<b>LIVELLI</b>
Pratica autonomamente attività sportiva con fair play, scegliendo personali tattiche e strategie anche nell'organizzazione,interpretando al meglio la cultura sportiva	<p>3- padroneggia le abilità tecnico-tattiche specifiche, con un personale apporto interpretativo del fair play e dei fenomeni sportivi,sviluppa e orienta le attitudini personali,sa assumere ruoli organizzativi-</p> <p>2- pratica autonomamente le attività sportive con fair play scegliendo tattiche e strategie,con attenzione all'aspetto sociale e organizzativo</p> <p>1- è in grado di praticare autonomamente alcune attività sportive scegliendo semplici tattiche e strategie,con fair play e attenzione all'aspetto sociale, partecipando all'aspetto organizzativo.</p>

**Ambito di competenza 4 : SALUTE E BENESSERE**

<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITA'</b>
<b>Quinto anno</b>	

<p>4.7.c. Conoscere i protocolli vigenti rispetto alla sicurezza e al primo soccorso degli specifici infortuni.</p> <p>4.8.c. Approfondire gli aspetti scientifici e sociali delle problematiche alimentari, delle dipendenze e dell'uso di sostanze illecite.</p> <p>4.9.c. Approfondire gli effetti positivi di uno stile di vita attivo per il benessere fisico e socio-relazionale della persona.</p>	<p>4.7.a. Prevenire autonomamente gli infortuni e saper applicare i protocolli di primo soccorso.</p> <p>4.8.a. Scegliere autonomamente di adottare corretti stili di vita.</p> <p>4.9.a. Adottare autonomamente stili di vita attivi che durino nel tempo: long life learning.</p>
<p><b>COMPETENZA STANDARD Classe Quinta</b></p> <p>Assume in maniera consapevole comportamenti orientati a stili di vita attivi, prevenzione e sicurezza nei diversi ambienti</p>	<p><b>LIVELLI</b></p> <p>3-assume autonomamente stili di vita attivi di prevenzione, sicurezza e primo soccorso nei vari ambienti, migliorando il proprio benessere.</p> <p>2-adotta stili di vita attivi applicando i principi di sicurezza e prevenzione e dando valore all'attività fisica e sportiva,</p> <p>1-guidato, adotta comportamenti orientati a stili di vita attivi, alla prevenzione e alla sicurezza.</p>

## DESCRIZIONE E ORGANIZZAZIONE DEI CONTENUTI

### QUINTO ANNO

Scelta della struttura della programmazione: per **Unità Didattica di Apprendimento**

Competenze
<b>Competenze dalle Linee generali e tratte dalle Indicazioni nazionali per i Tecnici:</b> utilizzare le regole sportive come strumento di convivenza civile. partecipare alle gare scolastiche, collaborando all'organizzazione dell'attività sportiva anche in compiti di arbitraggio e di giuria. riconoscere comportamenti di base funzionali al mantenimento della propria salute. riconoscere e osservare le regole di base per la prevenzione degli infortuni adottando comportamenti adeguati in campo motorio e sportivo
<b>Competenze di base:</b> L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti. Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione. Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (fair play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole. Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione. Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri. È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.
<b>Competenze chiave del XXI</b> <b>Comunicazione nella madrelingua.</b> La comunicazione nella madrelingua è la capacità di esprimere e interpretare concetti, pensieri, sentimenti, fatti e opinioni in forma sia orale sia scritta (comprensione orale, espressione orale, comprensione scritta ed espressione scritta) e di interagire adeguatamente e in modo creativo sul piano linguistico in un'intera gamma di contesti culturali e sociali, quali istruzione e formazione, lavoro, vita domestica e tempo libero. <b>Comunicazione nelle lingue straniere.</b> La comunicazione nelle lingue straniere condivide essenzialmente le principali abilità richieste per la comunicazione nella madrelingua. La comunicazione nelle lingue straniere richiede anche abilità quali la mediazione e la comprensione interculturale. Il livello di padronanza di un individuo varia inevitabilmente tra le quattro dimensioni (comprensione orale, espressione orale, comprensione scritta ed espressione scritta) e tra le diverse lingue e a seconda del suo retroterra sociale e culturale, del suo ambiente e delle sue esigenze ed interessi. <b>Competenza matematica e competenze di base in scienza e tecnologia.</b> La competenza matematica è l'abilità di sviluppare e applicare il pensiero matematico per risolvere una serie di problemi in situazioni quotidiane. Partendo da una solida padronanza delle competenze aritmetico-matematiche, l'accento è posto sugli aspetti del processo e dell'attività oltre che su quelli della conoscenza. La competenza matematica comporta, in misura variabile, la capacità e la disponibilità a usare modelli matematici di pensiero (pensiero logico e spaziale) e di presentazione (formule, modelli, costrutti, grafici, carte). La competenza in campo scientifico si riferisce alla capacità e alla disponibilità a usare l'insieme delle conoscenze e delle metodologie possedute per spiegare il mondo che ci circonda sapendo identificare le problematiche e traendo le conclusioni che siano basate su



<p>fatti comprovati. La competenza in campo tecnologico è considerata l'applicazione di tale conoscenza e metodologia per dare risposta ai desideri o bisogni avvertiti dagli esseri umani. La competenza in campo scientifico e tecnologico comporta la comprensione dei cambiamenti determinati dall'attività umana e la consapevolezza della responsabilità di ciascun cittadino.</p> <p><b>Competenza digitale.</b></p> <p>La competenza digitale consiste nel saper utilizzare con dimestichezza e spirito critico le tecnologie della società dell'informazione (TSI) per il lavoro, il tempo libero e la comunicazione. Essa è supportata da abilità di base nelle TIC: l'uso del computer per reperire, valutare, conservare, produrre, presentare e scambiare informazioni nonché per comunicare e partecipare a reti collaborative tramite Internet. Imparare ad imparare. Imparare a imparare è l'abilità di perseverare nell'apprendimento, di organizzare il proprio apprendimento anche mediante una gestione efficace del tempo e delle informazioni, sia a livello individuale che in gruppo. Questa competenza comprende la consapevolezza del proprio processo di apprendimento e dei propri bisogni, l'identificazione delle opportunità disponibili e la capacità di sormontare gli ostacoli per apprendere in modo efficace. Questa competenza comporta l'acquisizione, l'elaborazione e l'assimilazione di nuove conoscenze e abilità come anche la ricerca e l'uso delle opportunità di orientamento. Il fatto di imparare a imparare fa sì che i discenti prendano le mosse da quanto hanno appreso in precedenza e dalle loro esperienze di vita per usare e applicare conoscenze e abilità in tutta una serie di contesti: a casa, sul lavoro, nell'istruzione e nella formazione. La motivazione e la fiducia sono elementi essenziali perché una persona possa acquisire tale competenza.</p> <p><b>Competenze sociali e civiche.</b></p> <p>Queste includono competenze personali, interpersonali e interculturali e riguardano tutte le forme di comportamento che consentono alle persone di partecipare in modo efficace e costruttivo alla vita sociale e lavorativa, in particolare alla vita in società sempre più diversificate, come anche a risolvere i conflitti ove ciò sia necessario. La competenza civica dota le persone degli strumenti per partecipare appieno alla vita civile grazie alla conoscenza dei concetti e delle strutture sociopolitici e all'impegno e a una partecipazione attiva e democratica. Spirito di iniziativa e imprenditorialità. Il senso di iniziativa e l'imprenditorialità concernono la capacità di una persona di tradurre le idee in azione. In ciò rientrano la creatività, l'innovazione e l'assunzione di rischi, come anche la capacità di pianificare e di gestire progetti per raggiungere obiettivi. È una competenza che aiuta gli individui, non solo nella loro vita quotidiana, nella sfera domestica e nella società, ma anche nel posto di lavoro, ad avere consapevolezza del contesto in cui operano e a poter cogliere le opportunità che si offrono ed è un punto di partenza per le abilità e le conoscenze più specifiche di cui hanno bisogno coloro che avviano o contribuiscono ad un'attività sociale o commerciale. Essa dovrebbe includere la consapevolezza dei valori etici e promuovere il buon governo. Consapevolezza ed espressione culturale. Consapevolezza dell'importanza dell'espressione creativa di idee, esperienze ed emozioni in un'ampia varietà di mezzi di comunicazione, compresi la musica, le arti dello spettacolo, la letteratura e le arti visive.</p>
<p><b>Competenze trasversali</b></p> <p><b>Imparare ad imparare:</b></p> <p>organizzare il proprio apprendimento, individuando, scegliendo e utilizzando varie fonti e varie modalità di informazione e di formazione (formale, non formale ed informale), anche in funzione dei tempi disponibili, delle proprie strategie e del proprio metodo di studio e di lavoro.</p> <p><b>Comunicare:</b></p> <p>comprendere messaggi di genere diverso (quotidiano, letterario, tecnico, scientifico) e di complessità diversa, trasmessi utilizzando linguaggi diversi (verbale, matematico, scientifico, simbolico, ecc. mediante diversi supporti (cartacei, informatici e multimediali);</p> <p>rappresentare eventi, fenomeni, principi, concetti, norme, procedure, atteggiamenti, stati d'animo, emozioni, ecc. utilizzando linguaggi diversi (verbale, matematico, scientifico, simbolico, ecc.) e diverse conoscenze disciplinari, mediante diversi supporti (cartacei, informatici e multimediali).</p> <p><b>Progettare:</b></p> <p>elaborare e realizzare progetti riguardanti lo sviluppo delle proprie attività di studio e di lavoro, utilizzando le conoscenze apprese per stabilire obiettivi significativi e realistici e le relative priorità, valutando i vincoli e le possibilità esistenti, definendo strategie di azione e verificando i risultati raggiunti.</p> <p><b>Collaborare e partecipare:</b></p> <p>interagire in gruppo, comprendendo i diversi punti di vista, valorizzando le proprie e le altrui capacità, gestendo la conflittualità, contribuendo all'apprendimento comune ed alla realizzazione delle attività collettive, nel riconoscimento dei diritti fondamentali degli altri.</p> <p><b>Agire in modo autonomo e responsabile:</b></p> <p>sapersi inserire in modo attivo e consapevole nella vita sociale e far valere al suo interno i propri diritti e bisogni riconoscendo al contempo quelli altrui, le opportunità comuni, i limiti, le regole, le responsabilità.</p> <p><b>Risolvere i problemi:</b></p> <p>affrontare situazioni problematiche costruendo e verificando ipotesi, individuando le fonti e le risorse adeguate, raccogliendo e valutando i dati, proponendo soluzioni utilizzando, secondo il tipo di problema, contenuti e metodi delle diverse discipline.</p> <p><b>Individuare collegamenti e relazioni:</b></p>

individuare e rappresentare, elaborando argomentazioni coerenti, collegamenti e relazioni tra fenomeni, eventi e concetti diversi, anche appartenenti a diversi ambiti disciplinari, e lontani nello spazio e nel tempo, cogliendone la natura sistemica, individuando analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause ed effetti e la loro natura probabilistica.

**Acquisire ed interpretare l'informazione:**

acquisire ed interpretare criticamente l'informazione ricevuta nei diversi ambiti ed attraverso diversi strumenti comunicativi, valutandone l'attendibilità e l'utilità, distinguendo fatti ed opinioni.

**U.d.A. 1 MIGLIORAMENTO E POTENZIAMENTO FISIOLOGICO– Tempi: settembre/giugno - 22 ore – Verifica 2 ore**

Nuclei tematici	Prerequisiti	Contenuti	Conoscenze	Abilità	Assi culturali
Presenza di coscienza delle proprie capacità motorie	Potenzialità pregresse	La Forza	Conoscenze elementari di fisiologia riguardanti i sistemi muscolare e cardiocircolatorio	Saper eseguire le più comuni metodiche di potenziamento muscolare	Individuare e utilizzare gli strumenti di comunicazione e di team working più appropriati per intervenire nei contesti organizzativi e professionali di riferimento. Utilizzare gli strumenti culturali e metodologici per porsi con atteggiamento razionale, critico e responsabile di fronte alla realtà, ai suoi fenomeni, ai suoi problemi, anche ai fini dell'apprendimento permanente. Redigere relazioni tecniche e documentare le attività individuali e di gruppo relative a situazioni professionali.
		La Resistenza	Conoscenze dei metodi usati per il potenziamento muscolare e la resistenza di base	Saper utilizzare le più comuni metodiche per il miglioramento della resistenza di base	
		La Velocità			
		La Mobilità articolare			
		La Flessibilità			

**U.d.A. 2 SPORT INDIVIDUALI – Tempi: settembre-giugno – 22 ore - Verifica 2 ore**

Nuclei tematici	Prerequisiti	Contenuti	Conoscenze	Abilità	Assi culturali
ATLETICA LEGGERA TENNISTAVOLO BADMINTON FUNCTIONAL TRAINING	Acquisizione delle capacità condizionali e coordinative	ATLETICA: corse, salti e lanci	Conoscere le principali tecniche utilizzate nelle varie discipline	Esegue il gesto tecnico in modo corretto e nel rispetto delle norme regolamentari	Essere consapevole delle potenzialità e dei limiti delle tecnologie nel contesto culturale e sociale in cui vengono applicate.  Collocare l'esperienza personale in un sistema di regole fondato sul reciproco riconoscimento
		TENNISTAVOLO: fondamentali e partita, impugnatura, posizione di base, scambio di diritto,	Conoscere le norme regolamentari degli sport praticati/giudicati	Saper svolgere la funzione di giudice di gara e saper eseguire la compilazione dei referti	

		scambio di rovescio, i passi, il servizio, schiacciata.			dei diritti garantiti dalla Costituzione, a tutela della persona, della collettività e dell'ambiente
		BADMINTON: fondamentali e partita, impugnatura, servizio alto, servizio corto, servizio corto rovescio, clear o dritto sopramano, drop, smash, rovescio.			
		FUNCTIONAL TRAINING: <ul style="list-style-type: none"> <li>• squatting (accovacciarsi)</li> <li>• bending (piegarsi)</li> <li>• lunging (fare un affondo)</li> <li>• pushing (spingere)</li> <li>• pulling (tirare)</li> <li>• rolling &amp; twisting (rotolare e ruotare)</li> <li>• gait (camminare, correre, strisciare)</li> </ul>		Preparare il corpo alle sfide che si trova ad affrontare nelle sue azioni quotidiane: che si tratti di piegarsi per sollevare un peso o le buste della spesa, di correre al parco o per raggiungere l'autobus, di saltare sopra un box o per evitare un ostacolo, di girarsi per entrare in retromarcia nel parcheggio oppure di lanciare una pallina al proprio cane.	

**U.d.A. 3 \_SPORT DI SQUADRA\_ – Tempi: \_settembre/giugno\_ - \_22\_ ore - Verifica 2 ore**

Nuclei tematici	Prerequisiti	Contenuti	Conoscenze	Abilità	Assi culturali
PALLAVOLO PALLACANESTRO CALCIO A 5 PALLAMANO HOCHEY	Acquisizione delle capacità condizionali e coordinative	PALLAVOLO: fondamentali individuali e gioco, palleggio, bagher, battuta di sicurezza, 1c1, 2c2, 3c3	Conoscere i principali sistemi di gioco	Saper eseguire i fondamentali di squadra degli sport praticati	padroneggiare il patrimonio lessicale ed espressivo della lingua italiana secondo le esigenze comunicative nei vari contesti: sociali, culturali, scientifici, economici, tecnologici; utilizzare i linguaggi settoriali delle lingue straniere previste dai percorsi di
		PALLACANESTRO:	Conoscere le norme regolamentari degli Sport di squadra praticati/arbitrati	Saper svolgere la funzione di arbitro di gara	

		fondamentali individuali e gioco, palleggio, cambio di mano, cambi di direzione e velocità, smarcamento, passaggio, arresto e giro, terzo tempo, tiro, 1c1, 2c2, 3c3			studio per interagire in diversi ambiti e contesti di studio e di lavoro;
		CALCIO A 5: fondamentali individuali e partita, calciare, passare la palla, tirare in porta, ricevere la palla, guidare la palla, il dribbling, la posizione difensiva, il tackle, il colpo di testa.			
		PALLAMANO: fondamentali individuali e partita, palleggio, ricezione e presa, caricamento, tiro in appoggio, tiro in elevazione.			
		HOCHEY: fondamentali e partita, trattamento della palla, passaggio, ricezione, tiro e intercettazione.			

#### OBIETTIVI MINIMI QUINTO ANNO

Al termine dell'anno, oltre a possedere una conoscenza generale degli argomenti svolti, lo studente deve almeno:

#### CONOSCENZE

Conoscere i principali sistemi di gioco

Conoscere le norme regolamentari degli sport praticati/giudicati

Conoscere le principali tecniche utilizzate nelle varie discipline

Conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità: posture, funzioni fisiologiche, capacità motorie (condizionali e coordinative).

## ABILITA'

Tollerare un carico di lavoro sub-massimale e per un tempo prolungato

Vincere resistenze rappresentate dal carico naturale

Compiere azioni semplici e/o complesse nel più breve tempo possibile

Eseguire movimenti con l'escursione più ampia possibile nell'ambito del normale raggio di movimento articolare

Attuare movimenti complessi in forma economica in situazione variabile

Svolgere compiti motori in situazioni inusuali tali che richiedano la conquista, il mantenimento ed il recupero dell'equilibrio

## COMPETENZE

Conoscere e praticare, nei vari ruoli, almeno due specialità individuali e due sport di squadra

Esprimersi con il corpo ed il movimento in funzione di una comunicazione interpersonale

Conoscere le norme elementari di comportamento ai fini della prevenzione degli infortuni ed in caso di incidenti.

## TEMPI

Numero di ore previste per lo svolgimento dei moduli didattici: 20/22 a modulo

Numero di ore previste per lo svolgimento delle verifiche: 10/12

Totale monte ore delle discipline: 66

## METODI E RISORSE

La normativa dà una serie di suggerimenti che riguardano il concetto di competenza , fra cui:

1. La contestualità (si sviluppa in un preciso ambito, situazione, luogo),

2.L'operatività (cresce nell'affrontare una situazione concreta, portando a compimento un compito preciso),

3.La significatività (viene sollecitata in un contesto significativo nel quale lo studente è coinvolto)

Da queste caratteristiche derivano una serie di indicazioni metodologiche :

-Cura e dosaggio nella distribuzione delle attività per adattarli al livello psicomotorio degli alunni

-Metodologia laboratoriale

-Problem solving

-Metodo induttivo

-Metodo deduttivo

-Cooperative learning

-Dal gesto globale al movimento analitico, al gesto sportivo

-Lavoro individuale, a coppie, in gruppo, di squadra

- I contenuti saranno trasmessi prevalentemente in sede pratica di lavoro e sperimentazione

-Durante la lezione si preferirà un'esposizione verbale delle attività da svolgere per favorire l'acquisizione del linguaggio specifico della disciplina.

-Si utilizzeranno: test sulle capacità motorie, esercizi sottoforma di stazioni in circuito e di percorsi, esercizi a corpo libero e

con l'uso di piccoli e grandi attrezzi, attività semi strutturate e strutturate, attività" ludiche" intervallate da attività analitiche,

giochi presportivi e sportivi individuali e di squadra, atletica leggera (corse, salti e lanci);

-gli ambienti (palestra e spazi annessi alla scuola) e gli attrezzi piccoli e grandi messi a disposizione dalla scuola; libro di testo consigliato, altri testi messi a disposizione dai docenti, dispense dei docenti cartacee e files elettronici di libero utilizzo.

Ad ogni singolo docente spetterà la scelta dei contenuti e della metodologia, declinati nella progettazione disciplinare per la singola classe.

## VALUTAZIONE

Consapevoli che la competenza si apprende e progredisce per livelli, definito il processo di riferimento in termini di passaggio da un prima a un dopo e declinato in termini di standard raggiunto, la valutazione consiste nel riconoscere il livello di competenza degli alunni e quindi il raggiungimento dello standard; definire gli standard e i livelli di apprendimento significa rendere esplicito il criterio di valutazione dell'attività scolastica.

Si ritiene che la competenza non è misurabile ma osservabile e che può essere descritta attraverso indicatori che ne stabiliscano il livello di possesso. Per l'ambito motorio sono stati individuati 3 livelli e volutamente non è stato considerato il non possesso della competenza ,che può essere definito livello 0.

Gli indicatori (misuratori) sono di tre tipi: cognitivo- in riferimento a conoscenze e abilità, comprensione e organizzazione delle conoscenze e delle abilità; relazionale- in riferimento agli atteggiamenti in contesti sociali; meta cognitivo- in riferimento alla consapevolezza e alla riflessione sul proprio sapere e sulle proprie prestazioni.

Si è cercato di esplicitare un criterio di valutazione dell'apprendimento attraverso la definizione di standard e di livelli di padronanza per ogni competenza , senza determinare né i contenuti , né le scelte organizzative e didattiche che i docenti mettono in atto. Gli standard risultano lo strumento efficace per descrivere il processo di apprendimento inteso come dinamicità, passaggio da un prima a un dopo e quindi i due momenti distinti .

Per la VALUTAZIONE DIAGNOSTICA si analizzano, tramite osservazioni dirette e test motori conoscenze, abilità, comportamenti relazionali, comportamenti metacognitivi.

Per la VALUTAZIONE FORMATIVA si procede quindi all'individuazione dei punti di forza e di debolezza di ciascun studente attraverso le osservazioni sistematiche dei suoi comportamenti relazionali, metacognitivi e cognitivi e attraverso l'analisi delle sue prestazioni; si comunicano le informazioni sul processo di apprendimento e di maturazione così raccolte agli allievi e alle famiglie per fornire loro elementi di orientamento verso le mete dell'itinerario educativo e didattico; queste stesse informazioni consentono di confermare o di correggere le linee della progettazione e di intraprendere in itinere attività di recupero, di consolidamento e di potenziamento a favore dei discenti.

Per la VALUTAZIONE SOMMATIVA, espressa in decimi, viene considerato il raggiungimento degli obiettivi specifici di

apprendimento, l'apprendimento delle competenze anche in relazione alla situazione iniziale e ai percorsi formativi di ciascun allievo. Le verifiche, svolte prevalentemente tramite prove pratiche ,per lo più individualmente, ma anche in modo collettivo,

personalizzate se opportuno, sono riferite agli obiettivi, analizzati in termini di prestazioni e osservazioni.

Si adotteranno le seguenti modalità :

- verifiche oggettive con misurazione della prestazione, verifiche soggettive tramite osservazione della qualità del movimento;

- colloqui esplorativi delle conoscenze acquisite;

- osservazioni sistematiche dell'alunno al lavoro in ogni momento della lezione dei comportamenti cognitivi, operativi e relazionali

- osservazione sull'acquisizione e applicazione delle tecniche e regole , miglioramento rispetto al livello di partenza

- osservazione dei risultati quotidiani al fine di valutare l'interesse ,l'impegno, l'attenzione, la collaborazione, il livello di socializzazione, la capacità di elaborazione personale



### Descrittori per la valutazione

<b><i>VOTO in decimi</i></b>	<b><i>Competenze relazionali</i></b>	<b><i>Partecipazione</i></b>	<b><i>Rispetto delle regole</i></b>	<b><i>Metodo</i></b>	<b><i>Conoscenza abilità</i></b>	<b><i>Possesso competenza</i></b>
<b>10</b>	Propositivo Leader	Costruttiva (sempre)	Condivisione Autocontrollo	Rielaborativo Critico	Approfondita Disinvolta	Livello 3 Eccelle
<b>9</b>	Collaborativo	Efficace (quasi sempre)	Applicazione con sicurezza e costanza	Organizzato sistematico	Certa Sicura	Livello 3 Supera
<b>8</b>	Disponibile	Attiva e pertinente (spesso)	Conoscenza Applicazione	Organizzato	Soddisfacent e	Livello 2 Supera
<b>7</b>	Selettivo	Attiva (sovente)	Accettazione regole principali	Mnemonico meccanico	globale	Livello 2 Possiede
<b>6</b>	Dipendente poco adattabile	Dispersiva Settoriale (talvolta)	Guidato Essenziale	Superficiale Qualche difficoltà	Essenziale Parziale	Livello 1 Possiede Si avvicina
<b>5</b>	Conflittuale apatico passivo	Non partecipa Oppositiva Passiva (quasi mai/mai)	Rifiuto Insofferenza Non applicazione	Non ha metodo	Non conosce	Livello 0 Non competente

SCUOLA INCLUSIVA L'inclusione è definita come un processo bi-univoco: le persone con disabilità divengono più visibili e le persone senza disabilità hanno l'opportunità di cambiare e imparare mediante l'esperienza con le persone con disabilità e viceversa. Il concetto di inclusività scolastica è stato traslato dal contesto degli alunni con disabilità ( L. 104/92 e succ.linee guida Miur del 2011) e successivamente verso il contesto degli studenti con Bisogni Educativi Speciali–BES ( direttiva Miur 27/12/12 e OM 06/03/13).

I BES includono gli alunni con Adhd/Ddai: deficit da disturbo nell'attenzione e nell'iperattività; funzionamento cognitivo limite o borderline e disturbo evolutivo specifico misto (QI da 70 a 85); disagio sociale; alunni stranieri.

#### APPLICAZIONI IN PALESTRA

La didattica inclusiva nelle SMS si basa sui concetti di personalizzazione e adattamento.

Potrà quindi essere di tipo : 1.educativo metodologico (riguarda la didattica, la metodologia di approccio e di lavoro); 2.tecnico ( regole e regolamenti); 3.strutturale( attività specifica per specifica disabilità).

Per gli alunni DSA, BES, DVA o stranieri di alfabetizzazione nulla o minima si provvederà a somministrare prove individualizzate concordate per ogni singola situazione.

#### Riferimenti normativi

D.P.R. n. 122 del 22 giugno 2009, D. Lgs. 66/2017, D. Lgs 62/2017, D. Lgs 96/2019

DSA: Legge 170/2010, D.M. 5669 del 12 luglio 2011

BES: Direttiva ministeriale del 27 dicembre 2012, C.M. n. 8 del 6 marzo 2013, NOTA MIUR prot. 2563 del 22 novembre 2013

DVA: Legge 104/1992

Stranieri: C.M. 4233 del 19/02/2014

### PROFILI DELLE COMPETENZE AL TERMINE DEL SECONDO CICLO

Quattro sono le macroaree di competenza di Scienze motorie e sportive individuate dal Dipartimento alle quali corrispondono i seguenti standard al termine del quinto anno:

AREA DI COMPETENZA	COMPETENZA IN USCITA QUINTO ANNO
--------------------	----------------------------------

<u>Il movimento</u> : il corpo in movimento nelle variabili spazio e tempo, anche in ambiente naturale, nello sviluppo delle abilità motorie e nelle modificazioni fisiologiche.	Orientarsi negli ambiti motori e sportivi, utilizzando le tecnologie e riconoscendo le variazioni fisiologiche e le proprie potenzialità.
<u>I linguaggi del corpo</u> : espressività corporea, altri linguaggi, aspetti comunicativi e relazionali	Rielaborare creativamente il linguaggio espressivo in contesti differenti.
<u>Il gioco e lo sport</u> : aspetti cognitivi, partecipativi e relazionali, sociali, tecnici, tattici, del fair play e del rispetto delle regole	Praticare autonomamente attività sportiva con fair play, scegliendo personali tattiche e strategie anche

	nell'organizzazione, interpretando al meglio la cultura sportiva.
<u>La salute e il benessere</u> : sicurezza e prevenzione (rispetto a sé, agli altri, agli spazi, agli oggetti), conoscenza del primo soccorso, sviluppo di stili di vita attivi per il miglioramento della salute intesa come benessere (alimentazione, igiene, pratica motoria) e conoscenza dei danni derivati dall'uso di sostanze illecite.	Assumere in maniera consapevole comportamenti orientati a stili di vita attivi, prevenzione e sicurezza nei diversi ambienti.

Novara, 25 ottobre 2025

Il Dipartimento di Scienze Motorie e Sportive  
Maurizio Colella  
Nicola Fadda  
Antonella Giacometti  
Alessandro Pagani  
Matteo Silvestri







