



I.S.I.S. "L. da Vinci – G.R. Carli- S. de Sandrinelli
Dirigenza e Sede amministrativa via Paolo Veronese, 3 - 34144 Trieste - Tel. 040 309210 - 040 313565
Sede di Via Armando Diaz, 20 - 34124 Trieste - Tel. 040 300744 - C.F. 80020660322
e-mail: tsis001002@istruzione.it - tsis001002@pec.istruzione.it - Sito web: www.davincicarli.edu.it

A.S. 2022-2023 - CLASSE: 5^H - PROGRAMMA SVOLTO

DISCIPLINA: Scienze Motorie

INSEGNANTE: prof. Manuel Vesnaver

Obiettivi della disciplina in termini di competenze

Competenze da sviluppare
<ul style="list-style-type: none">- Conoscere i tempi e ritmi dell'attività motoria, riconoscendo i propri limiti e potenzialità. Rielaborare il linguaggio espressivo adottandolo a contesti diversi- Rispondere in maniera adeguata alle varie afferenze (proprioceptive ed esteroceptive) anche in contesti complessi, per migliorare l'efficacia dell'azione motoria- Conoscere gli elementi fondamentali della Storia dello Sport. Conoscere ed utilizzare le strategie di gioco e dare il proprio contributo personale- Conoscere le norme di sicurezza e gli interventi in caso di infortunio. Conoscere i principi per l'adozione di corretti stili di vita

Moduli didattici realizzati

M01: Salute, benessere, sicurezza e prevenzione	
Conoscenze	Abilità
Conoscere la propria corporeità al fine di perseguire quotidianamente il proprio benessere individuale Conoscere le informazioni relative all'intervento di primo soccorso	Lo studente assumerà stili di vita e comportamenti attivi nei confronti della propria salute intesa come fattore dinamico, conferendo il giusto valore all'attività fisica e sportiva, anche attraverso la conoscenza dei principi generali di una corretta alimentazione e di come essa è utilizzata nell'ambito dell'attività fisica e nei vari sport.

M02: Qualità motorie	
Conoscenze	Abilità



I.S.I.S. "L. da Vinci – G.R. Carli- S. de Sandrinelli

Dirigenza e Sede amministrativa via Paolo Veronese, 3 - 34144 Trieste - Tel. 040 309210 - 040 313565

Sede di Via Armando Diaz, 20 - 34124 Trieste - Tel. 040 300744 - C.F. 80020660322

e-mail: tsis001002@istruzione.it - tsis001002@pec.istruzione.it - Sito web: www.davincicarli.edu.it

Conoscenza e consapevolezza degli effetti positivi generati dai percorsi di preparazione fisica specifici	Essere in grado di sviluppare un'attività motoria complessa, adeguata ad una completa maturazione personale Saper osservare e interpretare i fenomeni connessi al mondo dell'attività motoria e sportiva proposta nell'attuale contesto socioculturale, in una prospettiva di durata lungo tutto l'arco della vita
---	---

M03: Sport individuali e di squadra

Conoscenze	Abilità
Conoscenza delle strategie tecnico-tattiche dei giochi sportivi	Saper affrontare il confronto agonistico con un'etica corretta, con rispetto delle regole e vero fair play Saper svolgere ruoli di direzione dell'attività sportiva, nonché organizzare e gestire eventi sportivi nel tempo scuola ed extra-scuola.

M04: Educazione civica - Il rispetto della legalità in ambito sportivo

Conoscenze	Abilità
Conoscenza dei concetti di Doping e illecito Sportivo	Essere in grado di attuare una riflessione sui concetti di Doping e Illecito Sportivo

Mediazione didattica

Metodologie	Ambienti di apprendimento
Lezione frontale e partecipata Cooperative learning Attività di ricerca Attività individualizzate	Palestra Palestrina Campi esterni Classe
Strumenti	Verifiche
Libro di testo Piccoli, grandi attrezzi Strumenti tecnologici	Prove scritte Verifiche orali



I.S.I.S. “L. da Vinci – G.R. Carli- S. de Sandrinelli

Dirigenza e Sede amministrativa via Paolo Veronese, 3 - 34144 Trieste - Tel. 040 309210 - 040 313565

Sede di Via Armando Diaz, 20 - 34124 Trieste - Tel. 040 300744 - C.F. 80020660322

e-mail: tsis001002@istruzione.it - tsis001002@pec.istruzione.it - Sito web: www.davincicarli.edu.it

Libri di testo adottati

Autori: Orini Gianluigi/ Coretti Stefano/ Bocchi Silvia

Titolo: Più movimento volume unico + ebook

Editore: Marietti Scuola

Trieste, 15/06/2023

Firma del docente
