



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. 2023-2024 - CLASSE: 2^R - PROGRAMMA SVOLTO

DISCIPLINA: Scienze motorie e sportive

INSEGNANTE: prof.ssa Ricci Elena

Obiettivi della disciplina in termini di competenze

Competenze da sviluppare

- Padroneggiare i cambiamenti morfologici e funzionali del corpo. Rielaborare il linguaggio espressivo adattandolo a contesti differenti
- Controllare e regolare i movimenti riferiti a sé stessi ed all'ambiente per risolvere un compito motorio utilizzando le informazioni sensoriali anche in contesti complessi
- Progettare e portare a termine una strategia in situazione di gioco o di gara utilizzando i gesti tecnici/tattici individuali interpretando al meglio la cultura sportiva.
- Saper gestire in modo consapevole e autonomo le situazioni competitive con autocontrollo, fair play e rispetto per l'altro sia in caso di vittoria che di sconfitta
- Saper gestire la propria attività fisica in funzione dell'allenamento e della salute
- Acquisizione di una cultura sportiva
- Acquisizione di un atteggiamento positivo verso uno stile di vita sano e attivo
- Comprendere l'importanza dello sport nel sociale e nella trasmissione di valori

Moduli didattici realizzati

M01: Titolo1 La percezione sensoriale, il movimento e la sua relazione, il movimento e la sua relazione con lo spazio.

Conoscenze

- Conoscere il sistema delle capacità motorie che sottende la prestazione motoria e sportiva.

Abilità

- Consapevolezza di una risposta motoria efficace ed economica.
- Gestire in modo autonomo la fase di avviamento in funzione dell'attività scelta



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

	<ul style="list-style-type: none">- Saper elaborare risposte motorie efficaci e personali in situazioni semplici.- Saper assumere posture corrette a carico naturale.- Saper cogliere le differenze ritmiche in azioni motorie semplici
--	---

M02: Gioco, gioco-sport- sport	
Conoscenze	Abilità
<ul style="list-style-type: none">- Conoscere i principali esercizi per il miglioramento della tecnica di corsa- Conoscere i fondamentali dei principali sport di squadra- Conoscere le principali discipline dell'atletica leggera- Conoscere il linguaggio tecnico e i regolamenti dei principali sport di squadra	<ul style="list-style-type: none">- Saper effettuare correttamente i fondamentali dei principali sport di squadra- Saper variare il ritmo e l'intensità nella corsa nelle diverse situazioni- Saper gestire l'azione di gioco negli sport di squadra- Saper rispettare i compagni, gli avversari e l'arbitro- Saper riconoscere ed effettuare le principali discipline dell'atletica leggera (velocità, mezzofondo, ostacoli, salti, lanci)

M03: Sicurezza e salute.	
Conoscenze	Abilità
<ul style="list-style-type: none">- Conoscere le norme di primo soccorso ed essere responsabili nella tutela della sicurezza.- Conoscere i benefici dell'attiva fisica e i danni provocati dall'ipocinesia	<ul style="list-style-type: none">- Saper gestire la propria attività fisica in relazione alla salute- Saper intervenire in caso di incidente

M04: Educazione civica	
Conoscenze	Abilità
Conoscere i benefici dell'attiva fisica e i danni provocati dall'ipocinesia	<ul style="list-style-type: none">- Saper gestire la propria attività fisica in relazione alla salute



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

Mediazione didattica	
Metodologie	Ambienti di apprendimento:
Lezione frontale e partecipata Cooperative learning Ricerca-azione Flipped Classroom Problem solving	palestre
Strumenti	Verifiche
Piccoli e grandi attrezzi	Test pratici

Libri di testo adottati
"Educare al movimento Slim, allenamento, salute e benessere"- Marietti scuola

Trieste, 13 giugno 2024

Firma del docente

Elena Ricci
