



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: 3^B - PROGRAMMA SVOLTO

DISCIPLINA: Scienze motorie e sportive

INSEGNANTE: prof. Silvio Dorigo

Obiettivi della disciplina in termini di competenze

| Competenze da sviluppare |
|--|
| Partecipare ed impegnarsi più e meglio possibile nelle attività motorie e sportive seguendone le regole Descrivere in scritto le conoscenze richieste |

Moduli didattici realizzati

| M01: lo scheletro e e le articolazioni | |
|---|--|
| Conoscenze | Abilità |
| Paramorfismi e dismorfismi | Descrivere in scritto le precedenti conoscenze |

| M02: sport e giochi di squadra | |
|---|--|
| Conoscenze | Abilità |
| Regole ed aspetti tecnici delle esercitazioni | Partecipare rispettando tali regole e tecniche |

| M03: corsa e marcia di resistenza | |
|---|---|
| Conoscenze | Abilità |
| Regole ed aspetti tecnici delle esercitazioni | Correre e/o marciare per alcuni minuti in modo continuo e/o intervallato, distribuendo le proprie energie |

| M04: lanciare una palla | |
|--------------------------------|----------------|
| 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

| | |
|---|---|
| Regole ed aspetti tecnici delle esercitazioni | Lanciare una palla più lontano possibile applicando una certa tecnica |
|---|---|

| M05: Educazione civica | |
|---|------------------------------------|
| Conoscenze | Abilità |
| Le regole nelle attività motorie e sportive | Ascoltare e rispettare tali regole |

| Mediazione didattica | |
|---|---------------------------------|
| Metodologie | Ambienti di apprendimento |
| Lezione frontale e partecipata Cooperative learning Problem solving | palestra |
| strumenti | Verifiche |
| Attrezzi ginnici libro di testo | Prove pratiche prova scritta |

| Libri di testo adottati |
|--|
| LOVECCHIO N, FIORINI G, CORETTI S, BOCCHI S- EDUCARE AL MOVIMENTO- MARIETTI SCUOLA |

Trieste, 10/06/2024

Firma del docente

Silvio Dorigo
