



ISTITUTO di ISTRUZIONE SUPERIORE "F.lli TADDIA"

Istituto Tecnico: Grafica e comunicazione
Istituto Professionale: Manutenzione assistenza tecnica,
Industria e Artigianato per il Made in Italy,
Servizi commerciali, Servizi sanità e assistenza sociale



Ufficio del Dirigente Scolastico

elena.accorsi@ipsia100.it



Classi Prime A.S. 2025-26

Indirizzo: per tutti gli indirizzi dell'Istituto

PIANO DI LAVORO

Disciplina: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Docenti: TUTTI I DOCENTI DI DISCIPLINA

Testo in uso: PIU MOVIMENTO
ISBN: Fiorini Bocchi Coretti Chiesa Marietti scuola
9788839302809

Altro
materiale: Appunti, schemi, slide e materiale condiviso dall'insegnante tramite
piattaforma Microsoft 365 (Teams, Onenote, OneDrive) e registro
elettronico.

Classi prime A.S. 2025/2026	PROGRAMMA PREVENTIVO SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE					
Titolo dell'UdA / Modulo	COMPETENZE DI RIFERIMENTO / DI INDIRIZZO	ABILITÀ [In neretto gli obiettivi minimi]	CONOSCENZE	CONTENUTI	MATERIALE DIDATTICO, INDICAZIONI METODOLOGICHE	RACCORDI CON ALTRE COMPETENZE
1. La percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive	Conoscere e padroneggiare il proprio corpo Percezione sensoriale Coordinazione generale Comunicare con i linguaggi non verbali	Percezione e conoscenza del proprio corpo in relazione allo spazio Elaborare risposte motorie efficaci in situazioni complesse. Riprodurre il ritmo nei gesti e nelle azioni, anche tecniche degli sport. Consapevolezza di una risposta motoria efficace ed economica. Saper comunicare con il corpo, idee e sentimenti e saper interpretare gli atteggiamenti degli avversari.	Conoscere le potenzialità del movimento del corpo e le funzioni fisiologiche in funzione del movimento Percepire e riconoscere il ritmo delle azioni Conoscere la classificazione delle capacità coordinative e condizionali Conoscere gli elementi di una comunicazione non verbale efficace ed espressiva	Utilizzo e funzione dei vari apparati del corpo umano. Utilizzo dell'allungamento muscolare e della mobilità articolare. Della tonificazione muscolare e del ritmo Attività a carico naturale Test di ingresso con verifica periodica dei risultati Attività a carico naturale, attività ed esercizi per il miglioramento delle capacità coordinative e condizionali Attività ed esercizi per l'organizzazione spazio-temporale Attività ed esercizi di rilassamento per il controllo segmentario, intersegmentario e della respirazione Utilizzo degli attrezzi in modo non convenzionale	Strumenti: -grandi e piccoli attrezzi -palestra, percorso vita, bocciofila, pista di atletica, piscina. Metodologie: -lezioni frontali, lavoro di gruppo, lavoro in piccoli gruppi, lavoro individuale, learning by doing, risoluzione dei problemi Verifiche: di tipo pratico e teorico	AREA GENERALE 7,8 e 9 COMPETENZE CHIAVE 5,6 e 8 ED. CIVICA 3 e 4 ASSI CULTURALI - dei linguaggi -scientifico-tecnologico
2. Lo sport, le regole e il FAIR PLAY	Utilizzare i gesti tecnici e le strategie dei principali Sport individuali e di squadra	Conoscenza di base delle regole dei giochi sportivi proposti. Rapportarsi in modo	Conoscere i vari sport individuali e di squadra il regolamento e le regole del Fair Play	Elaborare autonomamente e in gruppo tecniche e strategie dei giochi	Avviamento alla pratica di atletica leggera Avviamento alla pratica delle bocce	AREA GENERALE 7,8 e 9

		corretto con gli insegnanti e i compagni. Saper praticare i fondamentali individuali dei vari sport nel rispetto delle regole del FAIR PLAY. Saper sperimentare i diversi ruoli nelle attività sportive proposte.	Conoscere i diversi ruoli nei vari sport Conoscere strategie efficaci per la risoluzione dei problemi	sportivi trasferendole a spazi e tempi disponibili Fondamentali individuali e di squadra dei giochi sportivi Specialità dell'atletica leggera Giochi non strutturati Teoria: regolamento e tattiche di gioco	Fondamentali individuali e di squadra delle principali attività sportive	COMPETENZE CHIAVE 5,6 e 8 ED. CIVICA 3, 4 e 7 ASSI CULTURALI - dei linguaggi - scientifico-tecnologico
3. SALUTE BENESSERE SICUREZZA PREVENZIONE E	Assumere comportamenti responsabili ai fini della sicurezza del mantenimento della salute	Conoscere le regole per gli spostamenti in strada durante il tragitto scuola impianti sportivi. Saper rispettare le norme di sicurezza della palestra e negli spazi aperti adottando un atteggiamento idoneo alla prevenzione degli infortuni. Saper salvaguardare la propria salute curando l'alimentazione, l'igiene personale e la propria postura.	Conoscere i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra a casa e negli spazi aperti (compreso quello stradale). Adottare semplici norme di igiene personale. Conoscere gli effetti benefici dell'attività fisica e l'importanza di una corretta alimentazione, l'importanza di una corretta postura per la prevenzione di alcune alterazioni dello scheletro.	Educazione alla salute. Riferimenti relativi all'anatomia, l'igiene, la prevenzione degli infortuni la postura. Cenni sull'alimentazione e l'educazione alla salute in generale	Strumenti: -grandi e piccoli attrezzi -palestra, campo da tennis, bocciofila, pista di atletica. Metodologie: -lezioni frontali, lavoro di gruppo, lavoro in piccoli gruppi, lavoro individuale, learning by doing, risoluzione dei problemi Verifiche: Di tipo pratico e teorico	AREA GENERALE 7,8 e 9 COMPETENZE CHIAVE 5,6 e 8 ED. CIVICA 3, 4, 7 e 9 ASSI CULTURALI - dei linguaggi - scientifico-tecnologico
4. Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico	Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico	Saper adattare le attività sportive in ambiente naturale utilizzando attrezzature adeguate ed eventuali materiali e strumenti tecnologici	Conoscere attività motorie e sportive che si possano effettuare in ambiente naturale Conoscere alcuni elementi tecnologici utili all'attività motoria e sportiva	Educazione al rispetto e alla pulizia degli ambienti pubblici, cittadinanza attiva attraverso la pulizia dei parchi, delle strade e degli ambienti sportivi.	Ambienti: palestra, bocciofila, pista di atletica, parchi pubblici.	AREA GENERALE 7,8 e 9 COMPETENZE CHIAVE 5,6 e 8 ED. CIVICA 3, 4, 7, 9 e 12

						ASSI CULTURALI - dei linguaggi - scientifico-tecnologico
CITTADINANZA	Secondo quanto concordato dal Consiglio di Classe					In funzione degli argomenti trattati.

Classi Prime A-S. 2025-26

Indirizzo: servizi per la sanità e l'assistenza sociale percorso sport e salute

PIANO DI LAVORO

Disciplina: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Docente: TUTTI I DOCENTI DI DISCIPLINA DEL CORSO DI STUDI IN INDIRIZZO

Testo in uso: ATTIVI! Sport e sane abitudini
E.Chiesa, L. Montalbetti, G. Fiorini, D.Taini
ISBN: 978-88-393-0396-7

Altro materiale: Appunti, schemi, slide e materiale condiviso dall'insegnante tramite piattaforma Microsoft 365 (Teams, Onenote, OneDrive) e registro elettronico.

Classi prime A.S. 2025/2026	PROGRAMMA PREVENTIVO SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE					
Titolo dell'UdA / Modulo	COMPETENZE DI RIFERIMENTO / DI INDIRIZZO	ABILITÀ In neretto gli obiettivi minimi	CONOSCENZE	CONTENUTI	MATERIALE DIDATTICO, INDICAZIONI METODOLOGICHE	RACCORDI CON ALTRE COMPETENZE
1. La percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive	1 Conoscere e padroneggiare il proprio corpo 2 Percezione sensoriale 3 Coordinazione generale 4 Comunicare con i linguaggi non verbali	1 Percezione e conoscenza del proprio corpo in relazione allo spazio 2 Elaborare risposte motorie efficaci in situazioni complesse. 3 Riprodurre il ritmo nei gesti e nelle azioni, anche tecniche degli sport. 4 Consapevolezza di una risposta motoria efficace ed economica. 5 Saper comunicare con il corpo, idee e sentimenti e saper interpretare gli atteggiamenti degli avversari.	Conoscere le potenzialità del movimento del corpo e le funzioni fisiologiche in funzione del movimento Percepire e riconoscere il ritmo delle azioni Conoscere la classificazione delle capacità coordinative e condizionali Conoscere gli elementi di una comunicazione non verbale efficace ed espressiva	Utilizzo e funzione dei vari apparati del corpo umano. Utilizzo dell'allungamento muscolare e della mobilità articolare, della tonificazione muscolare e del ritmo. Attività a carico naturale. Test di ingresso con verifica periodica dei risultati. Attività a carico naturale, attività ed esercizi per il miglioramento delle capacità coordinative e condizionali. Attività ed esercizi per l'organizzazione spazio-temporale Attività ed esercizi di rilassamento per il controllo segmentario, intersegmentario e della respirazione Utilizzo degli attrezzi in modo non convenzionale	Strumenti: -grandi e piccoli attrezzi -palestra, percorso vita, boccifila, pista di atletica, piscina. Metodologie: -lezioni frontali, lavoro di gruppo, lavoro in piccoli gruppi, lavoro individuale, learning by doing, ripetizioni/ prove ed errori, lavori a stazione, didattica laboratoriale, risoluzione dei problemi Verifiche: di tipo pratico e teorico	AREA GENERALE 7,8 e 9 COMPETENZE CHIAVE 5,6 e 8 ED. CIVICA 3 e 4 ASSI CULTURALI - dei linguaggi -scientifico-tecnologico
2. Lo sport, le regole e il FAIR PLAY	5 Utilizzare i gesti tecnici e le strategie dei principali Sport individuali e di squadra	6 Conoscenza di base delle regole dei giochi sportivi proposti. 7 Rapportarsi in	Conoscere i vari sport individuali e di squadra il regolamento e le regole del Fair Play Conoscere i diversi	Elaborare autonomamente e in gruppo tecniche e strategie dei giochi sportivi trasferendole a	Strumenti: -grandi e piccoli attrezzi -palestra, percorso vita, boccifila, pista di	AREA GENERALE 7,8 e 9 COMPETENZE CHIAVE

		modo corretto con gli insegnanti e i compagni. 8 Saper praticare i fondamentali individuali dei vari sport nel rispetto delle regole del FAIR PLAY. 9 Saper sperimentare i diversi ruoli nelle attività sportive proposte.	ruoli nei vari sport Conoscere strategie efficaci per la risoluzione dei problemi	spazi e tempi disponibili Fondamentali individuali e di squadra dei giochi sportivi Specialità dell'atletica leggera Giochi non strutturati Teoria: regolamento e tattiche di gioco	atletica, piscina. Metodologie: -lezioni frontali, lavoro di gruppo, lavoro in piccoli gruppi, lavoro individuale, learning by doing, ripetizioni/ prove ed errori, lavori a stazione, didattica laboratoriale, risoluzione dei problemi Verifiche: di tipo pratico e teorico Avviamento alla pratica di atletica leggera Avviamento alla pratica delle bocce Fondamentali individuali e di squadra delle principali attività sportive individuali e di squadra	5,6 e 8 ED. CIVICA 3, 4 e 7 ASSI CULTURALI - dei linguaggi -scientifico-tecnologico
3. Salute benessere sicurezza prevenzione	6 Assumere comportamenti responsabili ai fini della sicurezza del mantenimento della salute	10 Conoscere le regole per gli spostamenti in strada durante il tragitto scuola impianti sportivi. 11 Saper rispettare le norme di sicurezza della palestra e negli spazi aperti adottando un atteggiamento idoneo alla prevenzione degli infortuni. 12 Saper salvaguardare la	Conoscere i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra a casa e negli spazi aperti (compreso quello stradale). Adottare semplici norme di igiene personale. Conoscere gli effetti benefici dell'attività fisica e l'importanza di una corretta alimentazione, l'importanza di una	Educazione alla salute. Riferimenti relativi all'anatomia, l'igiene, la prevenzione degli infortuni la postura. Cenni sull'alimentazione e l'educazione alla salute in generale	Strumenti: -grandi e piccoli attrezzi -palestra, campo da tennis, bocciofila, pista di atletica. Metodologie: -lezioni frontali, lavoro di gruppo, lavoro in piccoli gruppi, lavoro individuale, learning by doing, risoluzione dei problemi Verifiche: Di tipo pratico e	AREA GENERALE 7,8 e 9 COMPETENZE CHIAVE 5,6 e 8 ED. CIVICA 3, 4, 7 e 9 ASSI CULTURALI - dei linguaggi -scientifico-tecnologico

		propria salute curando l'alimentazione, l'igiene personale e la propria postura.	corretta postura per la prevenzione di alcune alterazioni dello scheletro.		teorico	
4. Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico	7 Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico	13 Saper adattare le attività sportive in ambiente naturale utilizzando attrezzature adeguate ed eventuali materiali e strumenti tecnologici	Conoscere attività motorie e sportive che si possano effettuare in ambiente naturale Conoscere alcuni elementi tecnologici utili all'attività motoria e sportiva	Educazione al rispetto e alla pulizia degli ambienti pubblici, cittadinanza attiva attraverso la pulizia dei parchi, delle strade e degli ambienti sportivi.	Ambienti: palestra, bocciolina, pista di atletica, parchi pubblici. Strumenti: -grandi e piccoli attrezzi -palestra, percorso vita, bocciolina, pista di atletica, piscina. Metodologie: -lezioni frontali, lavoro di gruppo, lavoro in piccoli gruppi, lavoro individuale, learning by doing, ripetizioni/ prove ed errori, lavori a stazione, didattica laboratoriale, risoluzione dei problemi Verifiche: di tipo pratico e teorico	AREA GENERALE 7,8 e 9 COMPETENZE CHIAVE 5,6 e 8 ED. CIVICA 3, 4, 7, 9 e 12 ASSI CULTURALI - dei linguaggi -scientifico-tecnologico
CITTADINANZA	Secondo quanto concordato dal Consiglio di Classe					In funzione degli argomenti trattati.

Classi Seconde A.S. 2025-26

Indirizzo: **tutti** gli indirizzi

PIANO DI LAVORO

Disciplina: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Docenti: TUTTI I DOCENTI DI DISCIPLINA

Testo in uso: Più movimento, Fiorini Bocchi, Coretti, Chiesa, Marietti scuola

ISBN: 9788839302809

Altro materiale: appunti, schemi, slide e materiale condiviso tramite Teams, registro elettronico

Classi seconde A.S. 2025/26	PROGRAMMA PREVENTIVO SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE					
Titolo dell'UdA / Modulo	COMPETENZE DI RIFERIMENTO / DI INDIRIZZO	ABILITÀ [In neretto gli obiettivi minimi]	CONOSCENZE	CONTENUTI	MATERIALE DIDATTICO, INDICAZIONI METODOLOGICHE	RACCORDI CON ALTRE COMPETENZE
1. LA PERCEZIONE DI SÉ ED IL COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITÀ MOTORIE ED ESPRESSIVE	Conoscere e padroneggiare il proprio corpo Percezione sensoriale Coordinazione generale Comunicare con i linguaggi non verbali	Percezione e conoscenza del proprio corpo in relazione allo spazio Elaborare risposte motorie efficaci in situazioni complesse. Riprodurre il ritmo nei gesti e nelle azioni, anche tecniche degli sport. Consapevolezza di una risposta motoria efficace ed economica. Saper comunicare con il corpo, idee e sentimenti e saper interpretare gli atteggiamenti degli avversari.	Conoscere le potenzialità del movimento del corpo e le funzioni fisiologiche in funzione del movimento Percepire e riconoscere il ritmo delle azioni Conoscere la classificazione delle capacità coordinative e condizionali Conoscere gli elementi di una comunicazione non verbale efficace ed espressiva	Utilizzo e funzione dei vari apparati del corpo umano. Utilizzo dell'allungamento muscolare e della mobilità articolare. Della tonificazione muscolare e del ritmo Attività a carico naturale Test di ingresso con verifica periodica dei risultati Attività a carico naturale, attività ed esercizi per il miglioramento delle capacità coordinative e condizionali Attività ed esercizi per l'organizzazione spazio-temporale Attività ed esercizi di rilassamento per il controllo segmentario, intersegmentario e della respirazione Utilizzo degli attrezzi in modo non convenzionale	Strumenti: -grandi e piccoli attrezzi -palestra, percorso vita, bocciofila, pista di atletica, piscina. Metodologie: -lezioni frontali, lavoro di gruppo, lavoro in piccoli gruppi, lavoro individuale, learning by doing, risoluzione dei problemi Verifiche: di tipo pratico e teorico	AREA GENERALE 7,8 e 9 COMPETENZE CHIAVE 5,6 e 8 ED. CIVICA 3 e 4 ASSI CULTURALI - dei linguaggi -scientifico-tecnologico
2. LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	Utilizzare i gesti tecnici e le strategie dei principali Sport individuali e di squadra	Conoscenza di base delle regole dei giochi sportivi proposti. Rapportarsi in modo	Conoscere i vari sport individuali e di squadra il regolamento e le regole del Fair Play	Elaborare autonomamente e in gruppo tecniche e strategie dei giochi	Avviamento alla pratica di atletica leggera Avviamento alla pratica delle bocce	AREA GENERALE 7,8 e 9

		corretto con gli insegnanti e i compagni. Saper praticare i fondamentali individuali dei vari sport nel rispetto delle regole del FAIR PLAY. Saper sperimentare i diversi ruoli nelle attività sportive proposte.	Conoscere i diversi ruoli nei vari sport Conoscere strategie efficaci per la risoluzione dei problemi	sportivi trasferendole a spazi e tempi disponibili Fondamentali individuali e di squadra dei giochi sportivi Specialità dell'atletica leggera Giochi non strutturati Teoria: regolamento e tattiche di gioco	Fondamentali individuali e di squadra delle principali attività sportive individuali e di squadra	COMPETENZE CHIAVE 5,6 e 8 ED. CIVICA 3, 4 e 7 ASSI CULTURALI - dei linguaggi -scientifico-tecnologico
3. SALUTE BENESSERE E SICUREZZA PREVENZIONE	Assumere comportamenti responsabili ai fini della sicurezza del mantenimento della salute	Conoscere le regole per gli spostamenti in strada durante il tragitto scuola impianti sportivi. Saper rispettare le norme di sicurezza della palestra e negli spazi aperti adottando un atteggiamento idoneo alla prevenzione degli infortuni. Saper salvaguardare la propria salute curando l'alimentazione, l'igiene personale e la propria postura.	Conoscere i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra a casa e negli spazi aperti (compreso quello stradale). Adottare semplici norme di igiene personale. Conoscere gli effetti benefici dell'attività fisica e l'importanza di una corretta alimentazione, l'importanza di una corretta postura per la prevenzione di alcune alterazioni dello scheletro.	Educazione alla salute. Riferimenti relativi all'anatomia, l'igiene, la prevenzione degli infortuni la postura. Cenni sull'alimentazione e l'educazione alla salute in generale	Strumenti: -grandi e piccoli attrezzi -palestra, campo da tennis, bocciofila, pista di atletica. Metodologie: -lezioni frontali, lavoro di gruppo, lavoro in piccoli gruppi, lavoro individuale, learning by doing, risoluzione dei problemi Verifiche: Di tipo pratico e teorico	AREA GENERALE 7,8 e 9 COMPETENZE CHIAVE 5,6 e 8 ED. CIVICA 3, 4, 7 e 9 ASSI CULTURALI - dei linguaggi -scientifico-tecnologico
4. RELAZIONE CON L'AMBIENTE NATURALE E TECNOLOGICO	Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico	Saper adattare le attività sportive in ambiente naturale utilizzando attrezzature adeguate ed eventuali materiali e strumenti tecnologici	Conoscere attività motorie e sportive che si possano effettuare in ambiente naturale Conoscere alcuni elementi tecnologici utili all'attività motoria e sportiva	Educazione al rispetto e alla pulizia degli ambienti pubblici, cittadinanza attiva attraverso la pulizia dei parchi, delle strade e degli ambienti sportivi.	Ambienti: palestra, bocciofila, pista di atletica, parchi pubblici.	AREA GENERALE 7,8 e 9 COMPETENZE CHIAVE 5,6 e 8 ED. CIVICA 3, 4, 7, 9 e 12 ASSI CULTURALI

						- dei linguaggi -scientifico-tecnologico
CITTADINANZA	Secondo quanto concordato dal Consiglio di Classe					In funzione degli argomenti trattati.

Classi TERZE A.S. 2025-26

Indirizzo: tutti gli indirizzi

PIANO DI LAVORO

Disciplina: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Docenti: TUTTI I DOCENTI DI DISCIPLINA

Testo in uso: Più movimento, Fiorini Bocchi, Coretti, Chiesa, Marietti scuola

ISBN: 9788839302809

Altro materiale: appunti, schemi, slide e materiale condiviso tramite Teams, registro elettronico

Classi terze A.S. 2025/26	PROGRAMMA PREVENTIVO SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE					
Titolo dell'UdA / Modulo	COMPETENZE DI RIFERIMENTO / DI INDIRIZZO	ABILITÀ [In neretto gli obiettivi minimi]	CONOSCENZE	CONTENUTI	MATERIALE DIDATTICO, INDICAZIONI METODOLOGICHE	RACCORDI CON ALTRE COMPETENZE
1.LA PERCEZIONE DI SÉ ED IL COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITÀ MOTORIE ED ESPRESSIVE	8 Saper eseguire schemi motori per affrontare l'attività motorie e sportive utilizzando in modo adeguato le sue capacità 9 Saper riconoscere ed applicare le principali metodiche di allenamento 10 Saper comprendere i messaggi corporei degli altri attribuendone il giusto significato	Percezione e conoscenza del proprio corpo in relazione allo spazio. Saper comunicare con il corpo, idee e sentimenti. Saper utilizzare schemi motori adeguati ad effettuare attività motorie e sportive. Saper eseguire le principali metodiche di allenamento anche in modo autonomo. Saper distinguere ed eseguire la gestualità idonea a relazionarsi con gli altri. Saper utilizzare tecniche espressive o comunicative corporee	Conoscere gli schemi motori adeguati ad affrontare le attività motorie e sportive Conoscere le principali metodiche di allenamento Conoscere gli aspetti essenziali del dialogo Conoscere le tecniche espressivo-comunicative corporee	Utilizzo e funzione dei vari apparati del corpo umano. Utilizzo dell'allungamento muscolare e della mobilità articolare. Della tonificazione muscolare e del ritmo Attività a carico naturale Test di ingresso con verifica periodica dei risultati Attività a carico naturale Attività ed esercizi per il miglioramento delle capacità coordinative e condizionali Attività ed esercizi per l'organizzazione spazio-tempo Attività ed esercizi per il controllo segmentario, intersegmentario e della respirazione Utilizzo dei segmenti corporei e degli attrezzi in modo non convenzionale. Fondamentali individuali	Strumenti: -grandi e piccoli attrezzi -palestra, percorso vita, bocciofila, pista di atletica. Metodologie: -lezioni frontali, lavoro di gruppo, lavoro in piccoli gruppi, lavoro individuale, learning by doing, risoluzione dei problemi Verifiche: Di tipo pratico e teorico	AREA GENERALE 7,8 e 9 COMPETENZE CHIAVE 5,6 e 8 ED. CIVICA 3 e 4 ASSI CULTURALI - dei linguaggi -scientifico-tecnologico

				e di squadra delle principali attività sportive anche in forma adattata		
2.LO SPORT LE REGOLE E IL FAIR PLAY	Saper collaborare in gruppo per partecipare a competizioni sportive scolastiche Saper praticare le discipline sportive proposte con competenza teorica tecnica e pratica	Conoscenza di base delle regole dei giochi sportivi proposti. Saper interagire con i compagni. Saper praticare le discipline sportive proposte rispettando le regole e gli altri.	Conoscere i vari sport individuali e di squadra il regolamento e le regole del Fair Play Conoscere i diversi ruoli nei vari sport Conoscere le strategie efficaci nella risoluzione dei problemi	Fondamentali individuali e di squadra dei giochi sportivi. Elaborare autonomamente e in gruppo tecniche e strategie dei giochi sportivi trasferendole a spazi e tempi disponibili Giochi non strutturati Gioco delle bocce e regole fondamentali Specialità dell'atletica leggera Teoria regolamento e tattiche di gioco sportivo	Avviamento alla pratica di atletica leggera Avviamento alla pratica delle bocce Fondamentali individuali e di squadra delle principali attività sportive	AREA GENERALE 7,8 e 9 COMPETENZE CHIAVE 5,6 e 8 ED. CIVICA 3, 4 e 7 ASSI CULTURALI - dei linguaggi -scientifico-tecnologico
3.SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE	Sapersi comportare con le modalità adeguate al mantenimento del nostro benessere psicofisico Saper assumere comportamenti adeguati alla salvaguardia della propria e dell'altrui incolumità 11 Saper mettere in pratica attività volte al riscaldamento neuromuscolare idoneo alla attività proposta 12 Saper adottare comportamenti idonei in situazioni di primo	Conoscere le regole per gli spostamenti in strada durante il tragitto scuola impianti sportivi. Saper adottare comportamenti adeguati. Saper riconoscere le situazioni a rischio e le modalità per evitarle. Saper applicare le procedure di primo soccorso. Saper salvaguardare la propria salute curando l'alimentazione, l'igiene personale e la propria postura.	Conoscere i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra a casa e negli spazi aperti (compreso quello stradale) Adottare semplici norme di igiene personale Conoscere gli effetti benefici dell'attività fisica e l'importanza di una corretta postura per la prevenzione di alcune alterazioni fisiologiche	Educazione alla salute, riferimenti relative all'anatomia, l'igiene la postura Cenni sull'alimentazione e l'educazione alla salute in generale	Strumenti: -grandi e piccoli attrezzi -palestra, campo da tennis, bocciofila, pista di atletica. Metodologie: -lezioni frontali, lavoro di gruppo, lavoro in piccoli gruppi, lavoro individuale, learning by doing, risoluzione dei problemi Verifiche: Di tipo pratico e teorico	AREA GENERALE 7,8 e 9 COMPETENZE CHIAVE 5,6 e 8 ED. CIVICA 3, 4, 7 e 9 ASSI CULTURALI - dei linguaggi -scientifico-tecnologico

	SOCCORSO					
4.RELAZIONE CON L'AMBIENTE NATURALE E TECNOLOGICO	Saper adattare le attività motorie e sportive all'ambiente naturale Saper utilizzare strumenti, attrezzi e materiali per affrontare le attività motorie	Saper adattare le attività sportive in ambiente naturale utilizzando attrezzature adeguate ed eventuali materiali e strumenti tecnologici	Conoscere attività sportive che si possono fare in ambiente naturale Conoscere alcuni elementi tecnologici utili all'attività motoria sportiva.	Educazione al rispetto e alla pulizia degli ambienti pubblici, cittadinanza attiva attraverso la pulizia dei parchi, delle strade e degli ambienti sportivi.	Ambienti: palestra, bocciofila, pista di atletica, parchi pubblici.	AREA GENERALE 7,8 e 9 COMPETENZE CHIAVE 5,6 e 8 ED. CIVICA 3, 4, 7, 9 e 12 ASSI CULTURALI - dei linguaggi - scientifico-tecnologico
CITTADINANZA	Secondo quanto concordato dal Consiglio di Classe					In funzione degli argomenti trattati.

Classi QUARTE A.S. 2025-26

Indirizzo: **tutti** gli indirizzi

PIANO DI LAVORO

Disciplina: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Docenti: TUTTI I DOCENTI DI DISCIPLINA

Testo in uso: Più movimento, Fiorini Bocchi, Coretti, Chiesa, Marietti scuola

ISBN: 9788839302809

Altro materiale: appunti, schemi, slide e materiale condiviso tramite Teams, registro elettronico

Classi quarte A.S. 2025/26	PROGRAMMA PREVENTIVO SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE					
Titolo dell'UdA / Modulo	COMPETENZE DI RIFERIMENTO / DI INDIRIZZO	ABILITÀ [In neretto gli obiettivi minimi]	CONOSCENZE	CONTENUTI	MATERIALE DIDATTICO, INDICAZIONI METODOLOGICHE	RACCORDI CON ALTRE COMPETENZE
1.LA PERCEZIONE DI SÉ ED IL COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITÀ MOTORIE ED ESPRESSIVE	Saper eseguire schemi motori per affrontare l'attività motorie e sportive utilizzando in modo adeguato le sue capacità Saper riconoscere ed applicare le principali metodiche di allenamento Saper comprendere i messaggi corporei degli altri attribuendone il giusto significato	Percezione e conoscenza del proprio corpo in relazione allo spazio. Saper comunicare con il corpo, idee e sentimenti. Saper utilizzare schemi motori adeguati ad effettuare attività motorie e sportive. Saper eseguire le principali metodiche di allenamento anche in modo autonomo. Saper distinguere ed eseguire la gestualità idonea a relazionarsi con gli altri. Saper utilizzare tecniche espressive o comunicative corporee	Conoscere gli schemi motori adeguati ad affrontare le attività motorie e sportive Conoscere le principali metodiche di allenamento Conoscere gli aspetti essenziali del dialogo Conoscere le tecniche espressivo-comunicative corporee	Utilizzo e funzione dei vari apparati del corpo umano. Utilizzo dell'allungamento muscolare e della mobilità articolare. Della tonificazione muscolare e del ritmo Attività a carico naturale Test di ingresso con verifica periodica dei risultati Attività a carico naturale Attività ed esercizi per il miglioramento delle capacità coordinative e condizionali Attività ed esercizi per l'organizzazione spazio-tempo Attività ed esercizi per il controllo segmentario, intersegmentario e della respirazione Utilizzo dei segmenti corporei e degli attrezzi in modo non convenzionale. Fondamentali individuali	Strumenti: -grandi e piccoli attrezzi -palestra, percorso vita, bocciofila, pista di atletica. Metodologie: -lezioni frontali, lavoro di gruppo, lavoro in piccoli gruppi, lavoro individuale, learning by doing, risoluzione dei problemi Verifiche: Di tipo pratico e teorico	AREA GENERALE 7,8 e 9 COMPETENZE CHIAVE 5,6 e 8 ED. CIVICA 3 e 4 ASSI CULTURALI - dei linguaggi -scientifico-tecnologico

				e di squadra delle principali attività sportive anche in forma adattata		
2.LO SPORT LE REGOLE E IL FAIR PLAY	Saper collaborare in gruppo per partecipare a competizioni sportive scolastiche Saper praticare le discipline sportive proposte con competenza teorica tecnica e pratica	Conoscenza di base delle regole dei giochi sportivi proposti. Saper interagire con i compagni. Saper praticare le discipline sportive proposte rispettando le regole e gli altri.	Conoscere i vari sport individuali e di squadra il regolamento e le regole del Fair Play Conoscere i diversi ruoli nei vari sport Conoscere le strategie efficaci nella risoluzione dei problemi	Fondamentali individuali e di squadra dei giochi sportivi. Elaborare autonomamente e in gruppo tecniche e strategie dei giochi sportivi trasferendole a spazi e tempi disponibili Giochi non strutturati Gioco delle bocce e regole fondamentali Specialità dell'atletica leggera Teoria regolamento e tattiche di gioco sportivo	Avviamento alla pratica di atletica leggera Avviamento alla pratica delle bocce Fondamentali individuali e di squadra delle principali attività sportive	AREA GENERALE 7,8 e 9 COMPETENZE CHIAVE 5,6 e 8 ED. CIVICA 3, 4 e 7 ASSI CULTURALI - dei linguaggi -scientifico-tecnologico
3.SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE	Sapersi comportare con le modalità adeguate al mantenimento del nostro benessere psicofisico Saper assumere comportamenti adeguati alla salvaguardia della propria e dell'altrui incolumità Saper mettere in pratica attività volte al riscaldamento neuromuscolare idoneo alla attività proposta Saper adottare comportamenti idonei in situazioni di primo	Conoscere le regole per gli spostamenti in strada durante il tragitto scuola impianti sportivi. Saper adottare comportamenti adeguati. Saper riconoscere le situazioni a rischio e le modalità per evitarle. Saper applicare le procedure di primo soccorso. Saper salvaguardare la propria salute curando l'alimentazione, l'igiene personale e la propria postura.	Conoscere i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra a casa e negli spazi aperti (compreso quello stradale) Adottare semplici norme di igiene personale Conoscere gli effetti benefici dell'attività fisica e l'importanza di una corretta postura per la prevenzione di alcune alterazioni fisiologiche	Educazione alla salute, riferimenti relative all'anatomia, l'igiene la postura Cenni sull'alimentazione e l'educazione alla salute in generale	Strumenti: -grandi e piccoli attrezzi -palestra, campo da tennis, bocciofila, pista di atletica. Metodologie: -lezioni frontali, lavoro di gruppo, lavoro in piccoli gruppi, lavoro individuale, learning by doing, risoluzione dei problemi Verifiche: Di tipo pratico e teorico	AREA GENERALE 7,8 e 9 COMPETENZE CHIAVE 5,6 e 8 ED. CIVICA 3, 4, 7 e 9 ASSI CULTURALI - dei linguaggi -scientifico-tecnologico

	SOCCORSO					
4.RELAZIONE CON L'AMBIENTE NATURALE E TECNOLOGICO	Saper adattare le attività motorie e sportive all'ambiente naturale Saper utilizzare strumenti, attrezzi e materiali per affrontare le attività motorie	Saper adattare le attività sportive in ambiente naturale utilizzando attrezzature adeguate ed eventuali materiali e strumenti tecnologici	Conoscere attività sportive che si possono fare in ambiente naturale Conoscere alcuni elementi tecnologici utili all'attività motoria sportiva.	Educazione al rispetto e alla pulizia degli ambienti pubblici, cittadinanza attiva attraverso la pulizia dei parchi, delle strade e degli ambienti sportivi.	Ambienti: palestra, bocciofila, pista di atletica, parchi pubblici.	AREA GENERALE 7,8 e 9 COMPETENZE CHIAVE 5,6 e 8 ED. CIVICA 3, 4, 7, 9 e 12 ASSI CULTURALI - dei linguaggi - scientifico-tecnologico
CITTADINANZA	Secondo quanto concordato dal Consiglio di Classe					In funzione degli argomenti trattati.

Classi QUINTE A.S. 2025-26

Indirizzo: tutti gli indirizzi

PIANO DI LAVORO

Disciplina: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Docenti: TUTTI I DOCENTI DI DISCIPLINA

Testo in uso: Più movimento, Fiorini Bocchi, Coretti, Chiesa, Marietti scuola

ISBN: 9788839302809

Altro materiale: appunti, schemi, slide e materiale condiviso tramite Teams, registro elettronico

Classi quinte A.S. 2025/26	PROGRAMMA PREVENTIVO SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE					
Titolo dell'UdA / Modulo	COMPETENZE DI RIFERIMENTO / DI INDIRIZZO	ABILITÀ [In neretto gli obiettivi minimi]	CONOSCENZE	CONTENUTI	MATERIALE DIDATTICO, INDICAZIONI METODOLOGICHE	RACCORDI CON ALTRE COMPETENZE
1.LA PERCEZIONE DI SÉ ED IL COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITÀ MOTORIE ED ESPRESSIVE	saper eseguire schemi motori per affrontare l'attività motorie e sportive utilizzando in modo adeguato le sue capacità Saper riconoscere ed applicare le principali metodiche di allenamento Saper comprendere i messaggi corporei degli altri attribuendone il giusto significato	Percezione e conoscenza del proprio corpo in relazione allo spazio. Saper comunicare con il corpo, idee e sentimenti. Saper utilizzare schemi motori adeguati ad effettuare attività motorie e sportive. Saper eseguire le principali metodiche di allenamento anche in modo autonomo. Saper distinguere ed eseguire la gestualità idonea a relazionarsi con gli altri. Saper utilizzare tecniche espressive o comunicative corporee	Conoscere gli schemi motori adeguati ad affrontare le attività motorie e sportive Conoscere le principali metodiche di allenamento Conoscere gli aspetti essenziali del dialogo Conoscere le tecniche espressivo-comunicative corporee	Utilizzo e funzione dei vari apparati del corpo umano. Utilizzo dell'allungamento muscolare e della mobilità articolare. Della tonificazione muscolare e del ritmo Attività a carico naturale Test di ingresso con verifica periodica dei risultati Attività a carico naturale Attività ed esercizi per il miglioramento delle capacità coordinative e condizionali Attività ed esercizi per l'organizzazione spazio-tempo Attività ed esercizi per il controllo segmentario, intersegmentario e della respirazione Utilizzo dei segmenti corporei e degli attrezzi in modo non convenzionale. Fondamentali individuali	Strumenti: -grandi e piccoli attrezzi -palestra, percorso vita, bocciofila, pista di atletica. Metodologie: -lezioni frontali, lavoro di gruppo, lavoro in piccoli gruppi, lavoro individuale, learning by doing, risoluzione dei problemi Verifiche: Di tipo pratico e teorico	AREA GENERALE 7,8 e 9 COMPETENZE CHIAVE 5,6 e 8 ED. CIVICA 3 e 4 ASSI CULTURALI - dei linguaggi -scientifico-tecnologico

				e di squadra delle principali attività sportive anche in forma adattata		
2.LO SPORT LE REGOLE E IL FAIR PLAY	Saper collaborare in gruppo per partecipare a competizioni sportive scolastiche Saper praticare le discipline sportive proposte con competenza teorica tecnica e pratica	Conoscenza di base delle regole dei giochi sportivi proposti. Saper interagire con i compagni. Saper praticare le discipline sportive proposte rispettando le regole e gli altri.	Conoscere i vari sport individuali e di squadra il regolamento e le regole del Fair Play Conoscere i diversi ruoli nei vari sport Conoscere le strategie efficaci nella risoluzione dei problemi	Fondamentali individuali e di squadra dei giochi sportivi. Elaborare autonomamente e in gruppo tecniche e strategie dei giochi sportivi trasferendole a spazi e tempi disponibili Giochi non strutturati Gioco delle bocce e regole fondamentali Specialità dell'atletica leggera Teoria regolamento e tattiche di gioco sportivo	Avviamento alla pratica di atletica leggera Avviamento alla pratica delle bocce Fondamentali individuali e di squadra delle principali attività sportive	AREA GENERALE 7,8 e 9 COMPETENZE CHIAVE 5,6 e 8 ED. CIVICA 3, 4 e 7 ASSI CULTURALI - dei linguaggi -scientifico-tecnologico
3.SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE	Sapersi comportare con le modalità adeguate al mantenimento del nostro benessere psicofisico Saper assumere comportamenti adeguati alla salvaguardia della propria e dell'altrui incolumità Saper mettere in pratica attività volte al riscaldamento neuromuscolare idoneo alla attività proposta Saper adottare comportamenti idonei in situazioni di primo	Conoscere le regole per gli spostamenti in strada durante il tragitto scuola impianti sportivi. Saper adottare comportamenti adeguati. Saper riconoscere le situazioni a rischio e le modalità per evitarle. Saper applicare le procedure di primo soccorso. Saper salvaguardare la propria salute curando l'alimentazione, l'igiene personale e la propria postura.	Conoscere i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra a casa e negli spazi aperti (compreso quello stradale) Adottare semplici norme di igiene personale Conoscere gli effetti benefici dell'attività fisica e l'importanza di una corretta postura per la prevenzione di alcune alterazioni fisiologiche	Educazione alla salute, riferimenti relative all'anatomia, l'igiene la postura Cenni sull'alimentazione e l'educazione alla salute in generale	Strumenti: -grandi e piccoli attrezzi -palestra, campo da tennis, bocciofila, pista di atletica. Metodologie: -lezioni frontali, lavoro di gruppo, lavoro in piccoli gruppi, lavoro individuale, learning by doing, risoluzione dei problemi Verifiche: Di tipo pratico e teorico	AREA GENERALE 7,8 e 9 COMPETENZE CHIAVE 5,6 e 8 ED. CIVICA 3, 4, 7 e 9 ASSI CULTURALI - dei linguaggi -scientifico-tecnologico

	SOCCORSO					
4.RELAZIONE CON L'AMBIENTE NATURALE E TECNOLOGICO	Saper adattare le attività motorie e sportive all'ambiente naturale Saper utilizzare strumenti, attrezzi e materiali per affrontare le attività motorie	Saper adattare le attività sportive in ambiente naturale utilizzando attrezzature adeguate ed eventuali materiali e strumenti tecnologici	Conoscere attività sportive che si possono fare in ambiente naturale Conoscere alcuni elementi tecnologici utili all'attività motoria sportiva.	Educazione al rispetto e alla pulizia degli ambienti pubblici, cittadinanza attiva attraverso la pulizia dei parchi, delle strade e degli ambienti sportivi.	Ambienti: palestra, bocciofila, pista di atletica, parchi pubblici.	AREA GENERALE 7,8 e 9 COMPETENZE CHIAVE 5,6 e 8 ED. CIVICA 3, 4, 7, 9 e 12 ASSI CULTURALI - dei linguaggi - scientifico-tecnologico
CITTADINANZA	Secondo quanto concordato dal Consiglio di Classe					In funzione degli argomenti trattati.

LEGENDA DELLE COMPETENZE DI RIFERIMENTO		
Area generale	Competenze chiave per l'apprendimento permanente	Educazione Civica
DECRETO 24 MAGGIO 2018, N. 92 – Allegato 1	RACCOMANDAZIONE DEL CONSIGLIO EUROPEO DEL 22 MAGGIO 2018	NUOVE LINEE GUIDA PER L'INSEGNAMENTO TRASVERSALE DELL'EDUCAZIONE CIVICA, D.M. 183 DEL 7 SETTEMBRE 2024
Competenza n.1 – Agire in riferimento ad un sistema di valori, coerenti con i principi della Costituzione, in base ai quali essere in grado di valutare fatti e orientare i propri comportamenti personali, sociali e professionali. Competenza n.2 – Utilizzare il patrimonio lessicale ed espressivo della lingua italiana secondo le esigenze comunicative vari contesti: sociali, culturali, scientifici ed economici, tecnologici e professionali. Competenza n.3 – Riconoscere gli aspetti geografici, ecologici, territoriali dell'ambiente naturale e antropico, le connessioni con le strutture demografiche, economiche, sociali, culturali e le trasformazioni intervenute nel corso del tempo. Competenza n.4 – Stabilire collegamenti tra le tradizioni culturali locali, nazionali ed internazionali, sia in una prospettiva interculturale sia a fine della mobilità di studio e di lavoro. Competenza n.5 – Utilizzare i linguaggi settoriali delle lingue straniere previste dai percorsi di studio per interagire in diversi ambiti e contesti di studio e lavoro. Competenza n.6 – Riconoscere il valore e le potenzialità dei beni artistici ed ambientali. Competenza n.7 – Individuare ed utilizzare le moderne forme di comunicazione visiva e multimediale anche con riferimento alle strategie espressive e agli strumenti tecnici della comunicazione in rete. Competenza n.8 – Utilizza le reti e gli strumenti informatici nelle attività di studio, ricerca e approfondimento. Competenza n.9 – Riconoscere i principali aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea ed esercitare in modo efficace la pratica sportiva per il benessere individuale e collettivo. Competenza n.10 – Comprendere e utilizzare i principali concetti relativi all'economia, all'organizzazione, allo svolgimento dei processi produttivi e dei servizi. Competenza n.11 – Padroneggiare l'uso di strumenti tecnologici con particolare attenzione alla sicurezza e alla tutela della salute nei luoghi di lavoro, alla tutela della persona, dell'ambiente e del territorio. Competenza n.12 – Utilizzare i concetti e i fondamentali strumenti degli assi culturali per comprendere la realtà operativa in campi applicativi.	Competenza n.1 – Competenza alfabetica funzionale. Competenza n.2 – Competenza multilinguistica. Competenza n.3 – Competenza matematica e competenza in scienze, tecnologie e ingegneria (STEM). Competenza n.4 – Competenza digitale. Competenza n.5 – Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare. Competenza n.6 – Competenza in materia di cittadinanza. Competenza n.7 – Competenza imprenditoriale. Competenza n.8 – Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali.	NUCLEO CONCETTUALE: COSTITUZIONE Competenza n.1 – Sviluppare atteggiamenti e adottare comportamenti fondati sul rispetto verso ogni persona, sulla responsabilità individuale, sulla legalità, sulla partecipazione e la solidarietà, sulla importanza del lavoro, sostenuti dalla conoscenza della Carta costituzionale, della Carta dei Diritti fondamentali dell'Unione Europea e della Dichiarazione Internazionale dei Diritti umani. Conoscere il significato della appartenenza ad una comunità, locale e nazionale. Approfondire il concetto di Patria. Competenza n.2 – Interagire correttamente con le istituzioni nella vita quotidiana, nella partecipazione e nell'esercizio della cittadinanza attiva, a partire dalla conoscenza dell'organizzazione e delle funzioni dello Stato, dell'Unione europea, degli organismi internazionali, delle regioni e delle Autonomie locali. Competenza n.3 – Rispettare le regole e le norme che governano lo stato di diritto, la convivenza sociale e la vita quotidiana in famiglia, a scuola, nella comunità, nel mondo del lavoro al fine di comunicare e rapportarsi correttamente con gli altri, esercitare consapevolmente i propri diritti e doveri per contribuire al bene comune e al rispetto dei diritti delle persone. Competenza n.4 – Sviluppare atteggiamenti e comportamenti responsabili volti alla tutela della salute e del benessere psicofisico. NUCLEO CONCETTUALE: SVILUPPO ECONOMICO E SOSTENIBILITA' Competenza n.5 – Comprendere l'importanza della crescita economica. Sviluppare atteggiamenti e comportamenti responsabili volti alla tutela dell'ambiente, degli ecosistemi e delle risorse naturali per uno sviluppo economico rispettoso dell'ambiente. Competenza n.6 – Acquisire la consapevolezza delle situazioni di rischio del proprio territorio, delle potenzialità e dei limiti dello sviluppo e degli effetti delle attività umane sull'ambiente. Adottare comportamenti responsabili verso l'ambiente. Competenza n.7 – Maturare scelte e condotte di tutela dei beni materiali e immateriali. Competenza n.8 – Maturare scelte e condotte di tutela del risparmio e assicurativa nonché di pianificazione di percorsi previdenziali e di utilizzo responsabile delle risorse finanziarie. Riconoscere il valore dell'impresa e dell'iniziativa economica privata. Competenza n.9 – Maturare scelte e condotte di contrasto alla illegalità. NUCLEO CONCETTUALE: CITTADINANZA DIGITALE Competenza n.10 – Sviluppare la capacità di accedere alle informazioni, alle fonti, ai contenuti digitali, in modo critico, responsabile e consapevole. Competenza n.11 – Individuare forme di comunicazione digitale adeguate, adottando e rispettando le regole comportamentali proprie di ciascun contesto comunicativo. Competenza n.12 – Gestire l'identità digitale e i dati della rete, salvaguardando la propria e altrui sicurezza negli ambienti digitali, evitando minacce per la salute e il benessere fisico e psicologico di sé e degli altri.