

ISTITUTO TECNICO PER IL TURISMO PIER PAOLO PASOLINI

Materia: Scienze Motorie

Docente Prof.: Napolitano Pasqualina

Anno scolastico 2025-2026

CLASSE 5[^] At

Obiettivi programmati:

- a) acquisizione del valore della corporeità.
- b) sviluppo e potenziamento organico generale.
- c) scoperta e orientamento delle attitudini personali.
- d) acquisizione di una cultura che promuova la pratica motoria.

Obiettivi raggiunti:

Conoscenze: l'allievo conosce in maniera quasi completa le caratteristiche tecnico tattiche degli sport praticati (pallavolo, pallacanestro,), nonché alcune attività sportive non codificate.

Competenze: l'allievo sa utilizzare le proprie capacità fisiche e neuro-muscolari in modo adeguato alle diverse esigenze.

Capacità: l'allievo ha affinato le capacità di coordinare azioni e gesti nella pratica delle diverse

Contenuti.

Aspetti pratici. Esercizi ed attività per il miglioramento delle seguenti capacità:

- forza muscolare;
- resistenza;
- velocità;
- coordinazione (oculo-manuale, oculo-podalica, ecc.);
- mobilità;

Conoscenza e pratica degli sport di squadra e individuali

- pallavolo (affinamento "fondamentali" individuali e di squadra, regole);
- pallacanestro (affinamento "fondamentali" individuali e di squadra, regole);
- atletica (Salto in lungo da fermo, Salto in alto (Fosbury); Getto del peso;
- ginnastica artistica (corpo libero)
- Lacross

Orale: Saluta e Benessere; Analisi del Gesto Tecnico

Metodi di insegnamento:

lezione frontale, con eventuale dimostrazione del gesto tecnico, esercitazioni di tipo globale e analitico, lavoro in gruppo e a coppie.

Spazi:

Palestra: campo per giochi sportivi.

Spazio Attrezzistica: Uso attrezzi Grandi per discipline di Ginnastica Artistica e Atletica Leggera.

Strumenti di verifica *(con riferimento alle tipologie previste dalla normativa sul nuovo esame di stato)*:

Osservazione in itinere; Prove Pratiche: Test attitudinali e verifiche tecniche;

Prove Teoriche: Presentazione PPT .

CRITERI DI VALUTAZIONE DISCIPLINARE

Si fa riferimento al Collegio Docenti: la votazione adottata è decimale con punteggi che vanno dall'1 al 10.

Milano, 06 Maggio 2026

Firma del docente

Napolitano Pasqualina

Firma degli studenti Rappresentanti