



**ISTITUTO TECNICO ECONOMICO E TECNOLOGICO**

**“PADRE A.M. TANNOIA”**

**CORATO-RUVO DI PUGLIA (BA)**

**PROGRAMMA SVOLTO**

**ANNO SCOLASTICO 2023/2024**

|                   |                                   |
|-------------------|-----------------------------------|
| <b>DISCIPLINA</b> | <b>SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE</b> |
| <b>CLASSE</b>     | <b>4</b>                          |
| <b>SEZIONE</b>    | <b>B</b>                          |
| <b>INDIRIZZO</b>  | <b>SIA</b>                        |
| <b>SEDE</b>       | <b>RUVO DI PUGLIA</b>             |
| <b>DOCENTE</b>    | <b>PROF.SSA LISA STRAGAPEDE</b>   |

**PERCORSO DI APPRENDIMENTO**

| <b>U.d.A.</b> | <b>DENOMINAZIONE</b>                                     | <b>TEMPI</b>      |
|---------------|--|-------------------|
| <b>1</b>      | <b>CORPO E MOVIMENTO</b>                                 | SETTEMBRE/GENNAIO |
| <b>2</b>      | <b>SPORT, REGOLE E FAIR PLAY</b>                         | FEBBRAIO/MAGGIO   |
| <b>3</b>      | <b>AMBIENTE SALUTE BENESSERE SICUREZZA E PREVENZIONE</b> | APRILE/MAGGIO     |

|   |   |  |
|---|---|--|
| <b>UdA n. 1<br/>n. ore: 25<br/>periodo di<br/>svolgimento:<br/>SETTEMBRE/GENNAIO</b>  | <b>CORPO E MOVIMENTO</b>  |  |
| <b>COMPETENZE/RISULTATI DI APPRENDIMENTO</b>  | <p>Completare la conoscenza del corpo umano e ampliare le capacità coordinative, condizionali ed espressive per realizzare movimenti complessi</p> <p>Valutare le proprie prestazioni, confrontandole con le appropriate tabelle di riferimento e svolgere attività di diversa durata e intensità, distinguendo le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica motoria e sportiva</p> |  |
| <b>ABILITA'</b>   | <b>CONOSCENZE</b>   |  |
| Saper riconoscere i meccanismi neuro-motori che sottendono le principali capacità coordinative coinvolte nei vari movimenti | <p>CAPACITA' COORDINATIVE</p> <p>Coordinazione</p> <p>Apprendimento e controllo motorio</p>   |  |

|  |                                  |
|--|----------------------------------|
| <b>UdA n. 2<br/>n. ore: 30<br/>periodo di<br/>svolgimento:<br/>FEBBRAIO/MAGGIO</b> | <b>SPORT, REGOLE E FAIR PLAY</b> |
|--|----------------------------------|

|  |   |  |
|--|---|--|
| <b>COMPETENZE/RISULTATI DI APPRENDIMENTO</b>   | Praticare gli sport di squadra applicando strategie efficaci per la risoluzione delle situazioni problematiche<br>Partecipare e organizzare competizioni nelle diverse specialità sportive o attività espressive<br>Cooperare in équipe, utilizzando e valorizzando con la guida del docente le propensioni individuali e l'attitudine a ruoli definiti<br>Osservare e interpretare fenomeni legati al mondo sportivo e all'attività fisica<br>Praticare gli sport approfondendone la teoria, la tecnica e la tattica |  |
| <b>ABILITA'</b>  | <b>CONOSCENZE</b>   |  |
| Saper assumere diversi ruoli all'interno del gruppo in relazione alle proprie capacità individuali<br>Saper eseguire serie di esercizi in successione associando e dissociando varie parti del corpo Saper trasferire e ricostruire autonomamente e in collaborazione con il gruppo tecniche strategie regole adattandole alle capacità, esigenze, spazi e tempi di cui si dispone | Esercizi di miglioramento della <b>coordinazione</b><br>Progressione esercizi coordinativi anche con piccoli attrezzi<br><br>Tattica e schemi di gioco agli sport di squadra (Pallavolo Pallacanestro Calcio a 5 e sport individuali (Atletica Tennistavolo Orienteering)   |  |
| <b>UdA n. 3</b><br><b>n. ore: 10</b><br><b>periodo di svolgimento:</b><br><b>APRILE/MAGGIO</b>   | <b>SALUTE BENESSERE</b><br><b>AMBIENTE SICUREZZA E</b><br><b>PREVENZIONE</b>  |  |
| <b>COMPETENZE/RISULTATI DI APPRENDIMENTO</b>   | Prendere coscienza della propria corporeità al fine di perseguire quotidianamente il proprio benessere individuale<br>Adottare comportamenti idonei a prevenire infortuni nelle diverse attività, nel rispetto della propria e altrui incolumità<br>Conoscere e utilizzare le informazioni relative all'intervento di primo soccorso  |  |
| <b>ABILITA'</b>  | <b>CONOSCENZE</b>   |  |
| Saper distinguere urgenze e emergenze attivando le procedure adeguate di primo soccorso  | Primo soccorso RCP BSLD   |  |

**Ruvo di Puglia** 31/05//2024

Gli studenti

*Matteo Mella*  
*Franco Torturo*  
*Giuseppe Riccio*

**II DOCENTE**

*Angelo Stroppeo*