

ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE STATALE "ENRICO DE NICOLA"

SEDE CENTRALE Via G. Parini, 10/C - 35028 - Piove di Sacco (PD) Tel. 049-5841692; 049-5841969; 049-9703995

CF e Pl: 80024700280 - Codice Meccanografico: PDIS02100V - Codice Univoco Ufficio: UFS6EP Mail: pdis02100v@istruzione.it Pec: pdis02100v@pec.istruzione.it SEDE STACCATA Via Ortazzi, 11 - 35028 - Piove di Sacco (PD) Tel. 049-5841129

INDIRIZZI DI STUDIO

Istituto Tecnico Economico: AFM, SIA, Turismo - Istituto Tecnico Tecnologico: CAT Istituto Professionale: Servizi per l'Agricoltura, Servizi per la sanità e l'assistenza sociale

PROGRAMMA SVOLTO CLASSE 5[^]CET

CLASSE	5CET
INDIRIZZO	ECONOMICO TURISTICO
ANNO SCOLASTICO	2022-2023
DISCIPLINA	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
DOCENTE	DURANTE SANDRA

Pag. 1 a 3

REV DATA EMESSO MDI 01 04.11.2019 RSGQ 11.3.5

PROGRAMMA SVOLTO NELLA CLASSE 5CET

Libro di testo adottato: IN MOVIMENTO Altri materiali utilizzati: LIM, piccoli e grandi

attrezzi

COMPETENZE SVILUPPATE	Nuclei tematici fondamentali	CONTENUTI
1. COMPETENZA: MOVIMENTO	 Capacità condizionali (resistenza, velocità, forza, mobilità articolare) Capacità coordinative (equilibrio, capacità di orientamento nello spazio, capacità di differenziazione, capacità di trasformazione, coordinazione oculomanuale, coordinazione oculopodalica) 	 Test, esercizi individuali, a coppie, in gruppo, staffette, circuiti, percorsi Rotazioni intorno ai vari assi (longitudinale, trasversale, sagittale); esercizi con palloni di diverso diametro e peso;
2. COMPETENZA: ESPRESSIONE CORPOREA	AcrosportAcrobatica di base	 Esercizi in coppie e gruppi per migliorare la fiducia nei compagni, la tenuta del corpo Corpo libero
3. COMPETENZA: GIOCO SPORT	 Giochi strutturati di collaborazione, socializzazione Giochi sportivi (pallavolo, basket, calcetto ,rugby, badminton, ping pong, ultimate 	 Pallaguerra, hitball, dodgeball Fondamentali dei vari sport, tecnica dei fondamentali, torneo d'Istituto di pallavolo
4. COMPETENZA: SPORT E BENESSERE	Doping ed effetti negativi	• videolezione

OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO RELATIVI ALLA DISCIPLINA "EDUCAZIONE CIVICA"

COMPETENZE SVILUPPATE	ARGOMENTI SVOLTI	CONTENUTI E MATERIALI ANALIZZATI
COMPETENZA: RISPETTO DELLE REGOLE, DELLE PERSONE, DELLE COSE, DELL'AMBIENTE	i Discussioni silli importanza dei rispetto delle	

Piove di Sacco,	
II/La Docente	I rappresentanti degli studenti
	