



# PROGRAMMA SVOLTO CLASSI 5<sup>^</sup>

<b>CLASSE</b>	5ATC
<b>INDIRIZZO</b>	COSTRUZIONI, AMBIENTE E TERRITORIO
<b>ANNO SCOLASTICO</b>	2025/26
<b>DISCIPLINA</b>	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
<b>DOCENTE</b>	GALLUZZO PIETRO

## PROGRAMMA SVOLTO NELLA CLASSE 5ATC

**Libro di testo adottato:** *“In movimento” – Marietti Scuola*

**Altri materiali utilizzati:** *Riferimenti ad altri libri di educazione fisica ( Es: “Attivi” – Marietti Scuola)*

COMPETENZE SVILUPPATE	NODI CONCETTUALI FONDAMENTALI	CONTENUTI
COMPETENZA 1	Sviluppo delle capacità condizionali e coordinative con test motori iniziali.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Test di velocità su i 30 m con cambio di direzione, test di salto in lungo da fermo.</li> <li>• Esercizi di coordinazione oculo – manuale.</li> <li>• Potenziamento muscolare, andature ginniche e andature atletiche.</li> </ul>
COMPETENZA 2	Collaborazione, tattica e gestione del gruppo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La pallavolo e i suoi fondamentali: la battuta, la ricezione, il bagher, il palleggio, l’attacco e la difesa. Partita di valutazione.</li> </ul>
COMPETENZA 3	Condizionamento fisico e consapevolezza corporea	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Il badminton e i suoi fondamentali: la battuta, il dritto, il rovescio, come colpire il volano ( clear e drop). Partita 2vs2 di valutazione. Attività di giochi in coppie e in piccoli gruppi.</li> </ul>
COMPETENZA 4	Etica e cittadinanza sportiva	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Il basket e i suoi fondamentali: palleggio, passaggio, tiro libero, tiro in terzo tempo, percorso motorio a stazioni e percorso motorio di valutazione. Partita 3vs3, 4vs4 e 5vs5.</li> <li>• Gioco libero: calcio a 5 e Roundnet</li> </ul>
COMPETENZA 5	Sport e cittadinanza attiva	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Il floorball (unihockey) e i suoi fondamentali: conduzione della pallina, passaggio, il tiro di dritto, il tiro di rovescio, i cambi di direzione. Partita di valutazione 3vs3 e 4vs4.</li> </ul>
COMPETENZA 6	Salute e prevenzione	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Atletica leggera: salto in alto</li> </ul>

Le competenze specifiche della disciplina Scienze motorie e sportive sono così declinate:

**COMPETENZA 1:** Gestire in autonomia l’attività motoria e riconoscerne i benefici

**COMPETENZA 2:** Comprendere il valore dello sport come elemento di cultura e cittadinanza

**COMPETENZA 3:** Agire secondo principi di correttezza, rispetto e inclusione

**COMPETENZA 4:** Gestire responsabilmente il proprio ruolo all'interno del gruppo

**COMPETENZA 5:** Saper pianificare, condurre e valutare un percorso di allenamento personale

**COMPETENZA 6:** Saper adottare comportamenti corretti e salutari

<b>OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO RELATIVI ALLA DISCIPLINA "EDUCAZIONE CIVICA"</b>		
<b>COMPETENZE SVILUPPATE</b>	<b>ARGOMENTI SVOLTI</b>	<b>CONTENUTI E MATERIALI ANALIZZATI</b>
COMPETENZA 2	Promozione del rispetto delle regole e del fair play	<ul style="list-style-type: none"><li>• Situazioni di gioco durante gli sport di squadra</li></ul>
COMPETENZA 3	Il rispetto delle diversità e la partecipazione attiva di tutti gli studenti	<ul style="list-style-type: none"><li>• Attività nel piccolo e grande gruppo, sia durante gli sport individuali che durante gli sport di squadra</li></ul>

Piove di Sacco, .....

Il Docente \_\_\_\_\_

I rappresentanti degli studenti

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_