



ISTITUTO TECNICO STATALE  
"CESARE BATTISTI"  
SALÒ



# Programma svolto

Anno scolastico 2023 / 2024

**Scienze Motorie e Sportive**

Classe 5 A - CTT

n° ore settimanali : 2

Insegnante: **prof. Walter Stacco**

## CONOSCENZE

- Salute e benessere.
- Igiene e Prevenzione nell'ambito delle Scienze Motorie e Sportive.
- Le Olimpiadi moderne
- Dal camminare al correre.

## ABILITA'

- Schemi Motori di Base : dal camminare al correre.
- Aspetti interdisciplinari e multilaterali delle Scienze Motorie Sportive nell'ambito del ciclo di studi in atto.

## CONTENUTI DISCIPLINARI E TEMPI DI REALIZZAZIONE:

1 – *indicare il titolo dell'argomento*

Obiettivi cognitivi

**Sport e Società**

**Metabolismi Energetici Umani**

Periodo di svolgimento: 1° e 2° Q.

*indicare il dettaglio degli argomenti*



- Igiene e salute nell'ambito delle attività motorie e sportive
- Sport e società: analisi di eventi e manifestazioni e società moderna.
- Storia dello sport.

*2 – indicare il titolo dell'argomento*

**Obiettivi Motori Pratici**

### **Schemi Motori di Base : dal camminare al correre.**

Periodo di svolgimento: 1° e 2° Q.

*indicare il dettaglio degli argomenti*

- Propriocettività degli appoggi
- Andature
- Abilità esecutive

**METODOLOGIE** (lezione frontale, gruppi di lavoro, processi individualizzati, attività di recupero-sostegno e integrazione, ecc.):

- Lezioni Frontali
- Teoria e Pratica

**MATERIALI DIDATTICI** (Testo adottato, orario settimanale di laboratorio, attrezzature, spazi, biblioteca, tecnologie audiovisive e/o multimediali, ecc.):

- Palestra
- Aula
- Dispense create dal Docente
- Materiale Multimediale



### TIPOLOGIE DELLE PROVE DI VERIFICA UTILIZZATE

**Specificare:** (prove scritte, verifiche orali, test oggettivi, prove grafiche, prove di laboratorio, ecc.):

- Valutazione obiettivi cognitivi attraverso colloquio frontale.
- Valutazione obiettivi pratici attraverso esecuzione pratica in palestra.

### Libro di testo adottato:

- Nessun libro di testo utilizzato

Salò, 31 maggio 2024

gli alunni

.....

.....

l'insegnante  
*Prof. Walter Stacco*