

ISTITUTO D'ISTRUZIONE SUPERIORE "G.G. TRISSINO" - VALDAGNO (VI)
Anno Scolastico 2024-25

Docente: Faccin Marita Anna

Materia insegnata: Scienze Motorie e sportive

Classe: 4AA

Testo adottato: nessun testo di adozione

CONTENUTI DISCIPLINARI E TEMPI DI REALIZZAZIONE (moduli svolti, periodo e ore)

Moduli svolti	Periodo e numero di ore
Modulo 1-Percezione di sé e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive: u1- Condizionamento specifico per la resistenza, andature preatletiche in coordinazione, stretching; circuit training per allenare la resistenza, Test di Leger u2- Acrogyrn: esecuzione di sequenza di elementi in postura a coppie u3- Grandi attrezzi: esecuzione sequenza di elementi a coppie, su scale orizzontale e curva, quadro svedese, spalliera, parallele simmetriche.	Settembre/ottobre 4+6 ore novembre 8 ore gennaio/febbraio 6+4 ore
Modulo 2-Sport, regole e fair play: u1- Pickelball: tecnica di passaggio e tiro di dritto e rovescio, definizione di zona NO volè, cenni storici e regolamento di gioco, organizzazione torneo di classe. u2- Tennis tavolo: cenni storici, fondamentali di tiro di dritto e rovescio, smash, servizio, regolamento di gioco, scambio singolo e doppio, torneo di classe. u3- Atletica leggera: lancio del disco con esercizi di impugnatura e uscita del disco, fase finale di lancio di fronte e di fianco il settore di lancio, fase traslatoria e rotatoria. u4- Atletica leggera: staffetta 4x100 tecnica di cambio, salto in lungo fase di rincorsa, stacco, volo e atterraggio. U5- Pallavolo: fondamentale tecnico della schiacciata.	dicembre 6 ore febbraio/marzo 2+4ore settembre/ottobre 2+6 ore aprile/maggio 4+4 ore maggio 4 ore
Modulo 3 – salute, benessere, sicurezza e prevenzione: u1- tecniche di assistenza attiva durante il lavoro individuale, di coppia e di gruppo, applicare il codice comportamentale del primo soccorso, utilizzare le corrette procedure nel trattamento dei traumi più comuni	Novembre/ gennaio 6 ore
Modulo 4: Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico. u2- Educazione Civica: Oltre gli stereotipi, pensa fuori dagli schemi, a cura dello Sportello Donna. u3- Uscita all' Università di Verona: Orientamento.	febbraio 8 ore marzo 2 ore gennaio 6 ore

Valdagno, 6 giugno 2025

I Rappresentanti di classe
Valeria Filotto
Francesca Urbani

Il Docente
Prof. Marita Anna Faccin

