

ISTITUTO D'ISTRUZIONE SUPERIORE "G.G. TRISSINO" - VALDAGNO (VI)
Anno Scolastico 2025-26

Docente: Faccin Marita Anna

Materia insegnata: Scienze Motorie e sportive

Classe: 4TA

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- Rugby: tecnica di passaggio all'indietro e ricezione in righe e file, da fermi e in movimento, il calcio, placaggio, mischia ordinata, touch rugby; regolamento di gioco u2- Condizionamento specifico per la resistenza, andature preatletiche in coordinazione, stretching; circuit training per allenare la resistenza, Test di Leger u3- Acrogyrn: esecuzione di sequenza di elementi in postura a coppie	Settembre/ottobre 3+7 ore ottobre/novembre 2+2 ore gennaio/febbraio 4+4 ore
Modulo 2-Sport, regole e fair play: u1- Tennis: cenni storici, tecnica di dritto e rovescio, volè e smash, tecnica di servizio, regolamento di gioco, torneo di classe. u2- Pallavolo: tecnica di esecuzione del fondamentale schiacciata; torneo interistituto. u3- Baseball: tecnica di esecuzione di lancio e ricezione, tecnica del battitore, cenni storici e regolamento di gioco. u4- Atletica leggera: staffetta 4x100 tecnica di cambio, salto in lungo fase di rincorsa, stacco, volo e atterraggio.	Novembre/ dicembre 4+6 ore marzo/aprile 4+2 ore aprile/maggio 4+4 ore maggio/giugno 2+2 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	marzo 6 ore
Modulo 4: Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico. u1- Giornata dello Sport: sci di fondo a Campo Mulo- Altopiano di Asiago. u2- Orientamento: Educazione finanziaria, progetto Warm Up	marzo 8 ore marzo 2 ore novembre 1 ora gennaio 2 ore

Valdagno, 5 giugno 2026

I Rappresentanti di classe
Siria Guiotto
Filippo Tovo

Il Docente
Prof. Marita Anna Faccin