

ISTITUTO STATALE DI ISTRUZIONE SUPERIORE "SANDRO PERTINI"



ISTITUTO PROFESSIONALE INDUSTRIA E ARTIGIANATO: Manutenzione e assistenza tecnica
ISTITUTO PROFESSIONALE SERVIZI: Enogastronomia e ospitalità alberghiera - Servizi Socio-sanitari
ISTITUTO TECNICO ECONOMICO: Turismo
34074 MONFALCONE (GO) via A. Boito, 56 tel. 0481 410441 - 413339 - fax 0481 486681
C.F.: 90016920317 www.isisptini.edu.it e-mail: gois01100r@istruzione.it, gois01100r@pec.istruzione.it
Sede associata: 34073 Grado (GO) via Zara, 1 tel. 0431 80152



ANNO SCOLASTICO:	2025-2026
CLASSE:	1 CSS - INIDIRIZZO SOCIALE - SANITARIO
MATERIA:	SCIENZE MOTORIE
DOCENTE:	CARLO GAGGIOLI
LIBRO DI TESTO:	Più movimento; Fiorini, Bocchi, Coretti, Chiesa; DeA Scuola-Marietti Scuola
COMPETENZA GENERALE N° 1 PERCEZIONE DI SE' E COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITA' MOTORIE	
Conoscenze/Contenuti	Conoscenze: conoscere le principali strutture anatomiche del corpo umano e le principali funzioni degli apparati Contenuti: meccanismi del movimento, Preatletici generali, Esercizi posturali, Esercizi preventivo correttivi, Condizionamento organico, polmonare e cardio circolatorio, Forza-resistenza e velocità, Capacità coordinative.
COMPETENZA GENERALE N° 2 SPORT, REGOLE, FAIR PLAY	
Conoscenze/Contenuti	Conoscere gli elementi tecnici e regolamentari delle discipline sportive proposte Conoscere le corrette modalità di esecuzione nelle pratiche motorie e sportive Conoscere le principali capacità motorie utilizzate nelle diverse attività sportive praticate Conoscere i fondamenti dell'etica sportiva e corrette modalità di comportamento nel gruppo Conoscere ruoli e compiti degli attori principali degli sport proposti Conoscere elementari principi tecnico-tattici Contenuti: Allenamento funzionale, Pallavolo, Pallacanestro; Calcio a 5.
COMPETENZA GENERALE N° 3 SALUTE-BENESSERE-SICUREZZA-PREVENZIONE	
Conoscenze/Contenuti	Conoscere i principi fondamentali della prevenzione per la sicurezza in casa, in palestra e negli spazi dell'ambiente naturale Conoscere i principi igienici, le norme sanitarie ed alimentari Contenuti: alimentazione, benessere e salute, nozioni di prevenzione e di primo soccorso

COMPETENZA DI INDIRIZZO N° 1

Riconoscere i principali aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea ed esercitare in modo efficace la pratica sportiva per il benessere individuale e collettivo

Conoscenze/Contenuti	Conoscere gli elementi tecnico-scientifici di base relativi alle principali tecniche espressive Conoscere le differenze tra movimento biomeccanico e gesto espressivo e le caratteristiche ritmiche del movimento. Conoscere schemi motori complessi adeguati ad affrontare attività motorie e sportive Contenuti: Praticare l'espressività corporea ed esercitare la pratica sportiva, in modo efficace, in situazioni note, in ambito familiare, scolastico e sociale.
----------------------	--

Monfalcone, 14 giugno 2026

Firma
CARLO GAGGIOLI