



ISTITUTO D'ISTRUZIONE SUPERIORE

**“GIOVANNI GIOLITTI”**



I.T. TECNICO PER IL TURISMO

I.P. SERVIZI PER L'ENOGASTRONOMIA E L'OSPITALITÀ ALBERGHIERA

Via Alassio, 20 - 10126 - TORINO Tel. 0116635203 – 0116963017

COD. MECC.: TOIS04200N C.F.: 80098950019

e-mail: [tois04200n@istruzione.it](mailto:tois04200n@istruzione.it) pec: [tois04200n@pec.istruzione.it](mailto:tois04200n@pec.istruzione.it)

[www.istitutogiolitti.edu.it](http://www.istitutogiolitti.edu.it)

**ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE PER I SERVIZI COMMERCIALI,  
TURISTICI, ALBERGHIERI E DELLA RISTORAZIONE**

**“GIOVANNI GIOLITTI”**

**PROGRAMMAZIONE DI SCIENZE MOTORIE e SPORTIVE**

**CLASSI QUARTE TECNICO TURISTICO**

**Libro di testo anno scolastico 2021-2022**

Giuliani - AppSport Scienze Motorie e Sportive Cristian - Lucisano Editore  
ISBN 978-88-89078-53-2 costo euro 15,90

**COMPETENZE DISCIPLINARI**

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 (sapere) individuate dal Dipartimento:**
  - Conoscere le caratteristiche del linguaggio corporeo
  - Riconoscere gli schemi motori di base elementari (correre, saltare, arrampicarsi, rotolare, lanciare, ecc)
  - Consapevolezza delle proprie funzioni vitali e scoperta delle qualità fisiche individuali
  - Conoscere e riflettere sul concetto di salute e benessere personale
  - Conoscenza delle regole basilari dei principali sport di squadra e prime nozioni sui fondamentali individuali (pallavolo, pallacanestro, pallamano, calcetto, rugby, hitball)
- **Abilità (saper fare) individuate dal Dipartimento:**
  - Utilizzare il linguaggio corporeo come possibilità di espressione personale
  - Padronanza degli aspetti tecnici elementari collegati al correre, saltare e lanciare.
  - Gestione della propria persona con atteggiamento responsabile e costruttivo, apprendimento del valore dell'aiuto reciproco e della collaborazione, anche nella didattica a distanza.



ISTITUTO D'ISTRUZIONE SUPERIORE

**“GIOVANNI GIOLITTI”**



I.T. TECNICO PER IL TURISMO

I.P. SERVIZI PER L'ENOGASTRONOMIA E L'OSPITALITÀ ALBERGHIERA

Via Alassio, 20 - 10126 - TORINO Tel. 0116635203 – 0116963017

COD. MECC.: TOIS04200N C.F.: 80098950019

e-mail: [tois04200n@istruzione.it](mailto:tois04200n@istruzione.it) pec: [tois04200n@pec.istruzione.it](mailto:tois04200n@pec.istruzione.it)

[www.istitutogiolitti.edu.it](http://www.istitutogiolitti.edu.it)

## **OBIETTIVI MINIMI**

Utilizzare il linguaggio corporeo come possibilità di espressione personale

Consapevolezza delle proprie funzioni vitali e delle qualità fisiche individuali

Conoscenza degli schemi motori di base elementari (correre, saltare, arrampicarsi, rotolare, lanciare).

Padronanza degli aspetti tecnici elementari collegati al correre, saltare e lanciare,

Capacità di relazione in vista di una proficua collaborazione nell'uso degli strumenti

Capacità coordinative e condizionali rimodulate.

## **CONTENUTI SPECIFICI DELLE CLASSI QUARTE:**

PRATICA

Capacità coordinative e condizionali rimodulate

Progetto della circoscrizione ginnastica formativa crossfit all'aperto.

Pattinaggio su ghiaccio.

TEORIA

Le capacità coordinative e condizionali

Problemi inerenti al mondo sportivo: doping, corruzione, sport e legalità

Educazione stradale.

## **METODI E STRUMENTI**

- Servirsi del movimento come strumento per realizzare l'autonomia dell'individuo
- Introdurre situazioni stimolo
- Analizzare il movimento come effetto di una azione corporea
- Proporre situazioni educative personalizzate
- Favorire gradualmente spazi di iniziativa autonoma e responsabile

Saranno utilizzate tabelle di valutazione dei test, riviste e testi a indirizzo medico-sportivo, libri di testo, materiale audio-visivo

## **VERIFICHE E VALUTAZIONI**

La valutazione in educazione fisica, espressa in voti, risulta dall'analisi dei seguenti elementi:

- livello di partenza rilevato attraverso test motori d'ingresso;



ISTITUTO D'ISTRUZIONE SUPERIORE

**“GIOVANNI GIOLITTI”**



I.T. TECNICO PER IL TURISMO

I.P. SERVIZI PER L'ENOGASTRONOMIA E L'OSPITALITÀ ALBERGHIERA

Via Alassio, 20 - 10126 - TORINO Tel. 0116635203 – 0116963017

COD. MECC.: TOIS04200N C.F.: 80098950019

e-mail: [tois04200n@istruzione.it](mailto:tois04200n@istruzione.it) pec: [tois04200n@pec.istruzione.it](mailto:tois04200n@pec.istruzione.it)

[www.istitutogiolitti.edu.it](http://www.istitutogiolitti.edu.it)

- risultati conseguiti in relazione al lavoro svolto e al livello di partenza (comprensione, fissazione dei dati, organizzazione del lavoro, rielaborazione autonoma e critica degli argomenti svolti);
- impegno
- test scritti.

A causa della pandemia quest'anno il lavoro pratico sarà riferito prevalentemente all'attività in ambiente naturale se sarà possibile svolgerla diversamente il lavoro sarà prevalentemente teorico, con continui riferimenti agli aspetti pratici della disciplina regolamenti dei giochi capacità condizionali e coordinative.

TORINO 15-11-2021