



ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE “DANILO DOLCI”



Servizi per la sanità e per l'assistenza sociale
Servizi per l'enogastronomia e l'ospitalità alberghiera
Agricoltura, sviluppo rurale, valorizzazione dei prodotti del territorio e gestione delle risorse forestali e montane
Via G. Mameli, 4 – 90047 -Partinico (PA)
tel. 091/8901103 - Fax 091/8781481
COD. MEC. PAIS021003 - C.F. 80023890827 - P. IVA 0265900828



www.isdanilodolci.edu.it - pais021003@istruzione.it - pais021003@pec.istruzione.it

“Ciascuno cresce solo se sognato”

PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE

Disciplina: Scienze Motorie

Prof: Marino Antonino

classe: V, indirizzo: Servizi Socio Sanitari

ARTICOLAZIONE DI CONOSCENZE E COMPETENZE IN UNITA' DI APPRENDIMENTO

UDA n. 1			
N°	Titolo	Conoscenze	Competenze
1	Il Corpo Umano	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apparato Scheletrico 2. Apparato Articolare 3. Apparato Muscolare 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Individuare e descrivere su una figura i principali segmenti ossei dello scheletro assile e appendicolare; 2. Denominare e descrivere organi, strutture e funzioni dell'apparato articolare; 3. Individuare e descrivere organi, strutture e funzioni dell'apparato muscolare; 4. Spiegare e simulare un atto motorio riflesso.

UDA n. 2			
N°	Titolo	Conoscenze	Competenze
1	Sport di squadra	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pallavolo 2. Pallacanestro 3. Pallamano 4. Calcio 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Utilizzare i fondamentali in funzione dell'azione di gioco; 2. Conoscere le attività sportive di gruppo; 3. Sapere usare con padronanza il linguaggio specifico; 4. Riflettere sulle scelte e le conseguenze nella risoluzione di un problema.

UDA n. 3			
N°	Titolo	Conoscenze	Competenze
1	Traumatologia e Pronto soccorso	1. Il Primo Soccorso 2. La Rianimazione 3. La Sequenza BLS 4. I Traumi Sportivi	1. Sapere le regole fondamentali di prima assistenza; 2. Riconoscere la gravità di infortunio; 3. Riconoscere i traumi legati alla pratica sportiva; 4. Sapere mantenere il controllo e il rispetto anche in situazione di panico o infortunio

UDA n. 1			
N°	Titolo	Conoscenze	Competenze
1	Il Corpo Umano	1. Apparato Cardiovascolare 2. Apparato Respiratorio 3. Sistema Nervoso	1. Denominare e descrivere organi, strutture e funzione dell'apparato cardiocircolatorio; 2. Denominare e descrivere organi, strutture e funzione dell'apparato respiratorio; 3. Denominare e descrivere strutture e funzione del sistema nervoso 4. Saper le loro funzionalità per l'attività motoria

UDA n. 2			
N°	Titolo	Conoscenze	Competenze
1	Le capacità motorie Atletica leggera	1. Le Capacità Condizionali; 2. Le Capacità Coordinative; 3. Le corse; 4. I salti; 5. I lanci.	1. Auto-valutare e riconoscere le proprie capacità motorie; 2. Riconoscere le capacità condizionali e coordinative; 3. Riconoscere le tecniche delle corse, dei lanci e dei salti; 4. Sapere il regolamento delle varie specialità.

UDA n. 3			
N°	Titolo	Conoscenze	Competenze
1	Educazione alimentare	1. Alimentazione e fabbisogno energetico; 2. La doppia piramide alimentare-ambientale; 3. I principi nutritivi; 4. I Disturbi alimentari.	1. Saper il processo del metabolismo energetico; 2. Riconoscere un'alimentazione equilibrata; 3. Essere consapevoli che ogni attività fisica e sportiva richiedono diversi consumi energetici; 4. Sapersi alimentare in modo corretto in vista di una competizione sportiva.

UDA n. 4			
N°	Titolo	Conoscenze	Competenze
1	Doping e sostanze d'Abuso	1. Il Doping; 2. Le sostanze d'Abuso; 3. Il Campionario dell'illecito; 4. Danni da tabacco, alcol e droghe.	1. Sapere gli effetti prodotti dalle sostanze usate ai fini di doping; 2. Riconoscere le sostanze d'abuso e non; 3. Riconoscere le sostanze che inducono assuefazione e dipendenza; 4. Essere in grado di adottare comportamenti responsabili nel consumo di alcol.

Partinico,	Firma del docente Marino Antonino
------------	---