

**Ministero dell'Istruzione e del Merito**

**Giacomo Leopardi – Battipaglia (SA)**  
**Istituto Paritario di Istruzione Secondaria Superiore**

LICEO SCIENTIFICO nuovo ordinamento – IST. TECN. SETT. TECNOLOGICO INFORMATICA E TELECOMUNICAZIONI art. INFORMATICA  
Via Belluno, 19 –Codice Meccanografico SAPS09500G – STAFVU500C  
Ente gestore: DEA12 SRL Via Belluno, 19 - 84091 Battipaglia (SA) tel/fax 0828371134 mail [segreteria@dea12.it](mailto:segreteria@dea12.it) [direzione@dea12.it](mailto:direzione@dea12.it)  
P.IVA 06196270653 [www.dea12.it](http://www.dea12.it)

# **UNITÀ DI APPRENDIMENTO DISCIPLINARI**

## **ANNO SCOLASTICO 2024/2025**

**INDIRIZZO: Scientifico**

**DOCENTE: Pasquale Cerrato**

**CLASSE: 4<sup>^</sup>**

**N. ALUNNI: 4**

**DISCIPLINA: Scienze Motorie**

**COMPETENZE:** L'insegnamento di scienze motorie in classi miste (maschi e femmine) si propone le seguenti finalità:

- L'armonico sviluppo corporeo e motorio dell'adolescente attraverso il miglioramento delle qualità fisiche e neuro muscolari;
- La capacità degli allievi di relazionarsi in modo corretto fra di loro;
- La maturazione della conoscenza relativa alla propria corporeità, sia come disponibilità e padronanza motoria, sia come capacità relazionale per superare le difficoltà e le contraddizioni tipiche dell'età;
- L'acquisizione di una cultura delle attività motorie e sportive che tenda a promuovere la pratica motoria come costume di vita e la coerente coscienza e conoscenza dei vari significati che lo sport assume nella società;
- La scoperta ed il consolidamento delle attitudini personali nei confronti di attività sportive specifiche e di attività motorie che possano tradursi in capacità trasferibili nel campo lavorativo e del tempo libero;
- L'evoluzione ed il consolidamento di un'equilibrata coscienza sociale, basata sulla consapevolezza di sé e sulle capacità di integrarsi e differenziarsi nel e dal gruppo tramite l'esperienza concreta di contatti socio relazionali soddisfacenti.

L'educazione mediante il movimento contribuisce allo sviluppo integrale della personalità e si avvale dell'educazione "del corpo", intesa come sviluppo e conservazione ottimale del medesimo, sia dell'educazione "al corpo", intesa come atteggiamento positivo verso il corpo stesso.

### **ABILITA'**

- Identificare e analizzare molteplici prospettive e visioni del mondo;
- Comprendere le differenze nella comunicazione;

- Valutare le azioni e le loro conseguenze;
- Essere consapevole del valore e delle regole della vita democratica;
- Partecipare alla vita pubblica e comunitaria per il benessere collettivo e lo sviluppo sostenibile

TITOLO UDA	<b>ALIMENTAZIONE ASSOCIATA ALL'ATTIVITÀ SPORTIVA (SETTEMBRE, OTTOBRE, NOVEMBRE)</b>
LEZIONI UDA	Alimentazione e sport: l'importanza di una corretta alimentazione <ul style="list-style-type: none"> <li>- I macronutrienti</li> <li>- Dieta di allenamento</li> <li>- Dieta del periodo di competizione</li> <li>- La razione di recupero</li> </ul>
ATTIVITA'	Lezioni svolte in aula con apparecchi elettronici e cartacei. Lezioni pratiche svolte in campo.
CONOSCENZE E ABILITA' CHE L'UDA SI PREFIGGE DI SVILUPPARE	Capacità di applicare conoscenze, svolgere compiti e risolvere problemi, sia a livello cognitivo (uso del pensiero logico) sia a livello pratico (con metodi, strumenti, materiali e destrezza)
COMPETENZE CHE L'UDA SI PREFIGGE DI SVILUPPARE	Capacità pratica di utilizzare conoscenze, abilità e attitudini personali, sociali e metodologiche in situazioni di lavoro o di studio e nello sviluppo personale e professionale.
VERIFICA E VALUTAZIONE	Si osserveranno gli allievi, il loro comportamento e i miglioramenti rispetto ai livelli di partenza. Le verifiche avverranno tramite lezioni dialogate, esercitazioni pratiche, brevi questionari, interrogazioni orali, prove pratiche e prove strutturate. Si prevedono due verifiche per quadrimestre.

TITOLO UDA	<b>ELEMENTI DI PRIMO SOCCORSO (DICEMBRE, GENNAIO)</b>
LEZIONI UDA	- Norme di comportamento degli infortuni in caso d'incidente: Primo soccorso Catena della sopravvivenza Obiettivi del primo soccorso

ATTIVITA'	Lezioni svolte in aula con apparecchi elettronici e cartacei. Lezioni pratiche svolte in campo.
CONOSCENZE E ABILITA' CHE L'UDA SI PREFIGGE DI SVILUPPARE	Capacità di applicare conoscenze, svolgere compiti e risolvere problemi, sia a livello cognitivo (uso del pensiero logico) sia a livello pratico (con metodi, strumenti, materiali e destrezza)
COMPETENZE CHE L'UDA SI PREFIGGE DI SVILUPPARE	Capacità pratica di utilizzare conoscenze, abilità e attitudini personali, sociali e metodologiche in situazioni di lavoro o di studio e nello sviluppo personale e professionale.
VERIFICA E VALUTAZIONE	Si osserveranno gli allievi, il loro comportamento e i miglioramenti rispetto ai livelli di partenza. Le verifiche avverranno tramite lezioni dialogate, esercitazioni pratiche, brevi questionari, interrogazioni orali, prove pratiche e prove strutturate. Si prevedono due verifiche per quadrimestre.

TITOLO UDA	<b>SALUTE E BENESSERE (FEBBRAIO, MARZO)</b>
LEZIONI UDA	<b>-STARE BENE CON SE STESSI E CON GLI ALTRI - IGIENE PERSONALE</b>
ATTIVITA'	Lezioni svolte in aula con apparecchi elettronici e cartacei. Lezioni pratiche svolte in campo.
CONOSCENZE E ABILITA' CHE L'UDA SI PREFIGGE DI SVILUPPARE	Capacità di applicare conoscenze, svolgere compiti e risolvere problemi, sia a livello cognitivo (uso del pensiero logico) sia a livello pratico (con metodi, strumenti, materiali e destrezza)
COMPETENZE CHE L'UDA SI PREFIGGE DI SVILUPPARE	Capacità pratica di utilizzare conoscenze, abilità e attitudini personali, sociali e metodologiche in situazioni di lavoro o di studio e nello sviluppo personale e professionale.
VERIFICA E VALUTAZIONE	Si osserveranno gli allievi, il loro comportamento e i miglioramenti rispetto ai livelli di partenza. Le verifiche avverranno tramite lezioni dialogate, esercitazioni pratiche, brevi questionari, interrogazioni orali, prove pratiche e

	<p>prove strutturate. Si prevedono due verifiche per quadrimestre.</p>
--	--

TITOLO UDA	<b>BIOMECCANICA DEL MOVIMENTO</b> <b>(APRILE, MAGGIO, GIUGNO)</b>
LEZIONI UDA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cos'è la biomeccanica del movimento               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Concetto di cinetica</li> <li>- Concetto di cinematica</li> </ul> </li> <li>- Componenti della biomeccanica:               <ul style="list-style-type: none"> <li>moto</li> <li>forza</li> <li>momento</li> <li>leve</li> <li>equilibrio</li> </ul> </li> <li>- Posizione anatomica del corpo nella biomeccanica:               <ul style="list-style-type: none"> <li>Piano sagittale</li> <li>Piano frontale</li> <li>Piano trasversale</li> </ul> </li> </ul>
ATTIVITA'	<p>Lezioni svolte in aula con apparecchi elettronici e cartacei. Lezioni pratiche svolte in campo.</p>
CONOSCENZE E ABILITA' CHE L'UDA SI PREFIGGE DI SVILUPPARE	<p>Capacità di applicare conoscenze, svolgere compiti e risolvere problemi, sia a livello cognitivo (uso del pensiero logico) sia a livello pratico (con metodi, strumenti, materiali e destrezza)</p>
COMPETENZE CHE L'UDA SI PREFIGGE DI SVILUPPARE	<p>Capacità pratica di utilizzare conoscenze, abilità e attitudini personali, sociali e metodologiche in situazioni di lavoro o di studio e nello sviluppo personale e professionale.</p>
VERIFICA E VALUTAZIONE	<p>Si osserveranno gli allievi, il loro comportamento e i miglioramenti rispetto ai livelli di partenza. Le verifiche avverranno tramite lezioni dialogate, esercitazioni pratiche, brevi questionari, interrogazioni orali, prove pratiche e prove strutturate. Si prevedono due verifiche per quadrimestre.</p>



LUOGO E DATA

BATTIPAGLIA 12/11/2024

DEA12

FIRMA DEL DOCENTE