



Ministero dell'Istruzione e del Merito
UFFICIO SCOLASTICO REGIONALE PER IL LAZIO



ISTITUTO MAGISTRALE STATALE "SANTA ROSA DA VITERBO" indirizzi:
LICEO DELLE SCIENZE UMANE, LICEO DELLE SCIENZE UMANE con opzione
ECONOMICO-SOCIALE, LICEO MUSICALE e COREUTICO, LICEO MADE IN ITALY
01100 Viterbo – Via San Pietro, n. 27 – Tel. 0761/304061 Fax: 0761/323462
VTPM010007@PEC.ISTRUZIONE.IT - VTPM010007@istruzione.it
C. F. 80015030564 - Codice Univoco Ufficio: UFXJEV

PROGRAMMA SVOLTO

DISCIPLINA	Scienze Motorie e Sportive
DOCENTE	Prof.ssa Giorgia Giorgini
ORE DI INSEGNAMENTO	Previste 66 – Svolte 56 +4 Ed.Civ.
CLASSE	4
SEZIONE	D – Umanistico
LIBRI DI TESTO	"Più Movimento Slim" Marietti scuola

In riferimento alle competenze, abilità e capacità dichiarate nel PLI presentato all'inizio dell'Anno Scolastico 2025 – 2026, sono state svolte le seguenti UdA:

Argomenti svolti in presenza	Contenuti
Obiettivi	
UDA: Potenziamento fisiologico rielaborazione/consolidamento degli schemi motori di base.	Esercizi di potenziamento muscolare, mobilitazione, coordinazione, equilibrio e velocizzazione delle varie parti del corpo a c.l. Esercizi di corsa abbinati ad esercizi per il miglioramento della funzione dell'apparato locomotore;
UDA: Consolidamento del carattere, sviluppo della socialità e senso civico.	Aerobica e StepLow Impact individuale e a coppie; Tennis Tavolo: regolamento sportivo, ex propedeutici, tattiche di gioco; minitornei. Calciobalilla: minitornei;
UDA: Conoscenza e pratica delle attività sportive. Utilizzo di strategie di gioco adeguate per dare il proprio contributo nelle attività di	Pallavolo: regolamento sportivo, fondamentali di base e strategie di gioco; Pallatamburello: regolamento sportivo, fondamentali di base e strategie di gioco;

gruppo/squadra anche nell'ottica inclusiva.	<p>Dodge Ball: regolamento sportivo, fondamentali di base e strategie di gioco;</p> <p>Salto in alto: storia, regolamento e tecnica (stile Fosbury)</p> <p>Progetto "Racchette in classe" fuori torneo.</p>
---	---

EDUCAZIONE CIVICA	EDUCAZIONE alla CITTADINANZA
<p>Obiettivi</p> <p>Argomento: ": cittadinanza attiva nello sport</p> <p>Argomento: <i>"Lo sport è un mezzo per esprimere i propri talenti, ma anche per costruire la società ... In campo, non importa la provenienza, la lingua o la cultura di una persona. Ciò che conta è l'impegno e l'obiettivo comune"</i></p>	<p>promozione del volontariato e la cittadinanza attiva attraverso lo sport;</p> <p>-utilizzo del potenziale dello sport per l'inclusione sociale, l'integrazione e le pari opportunità; rafforzare la prevenzione e la lotta contro il razzismo e la violenza;</p> <p>-promuovere attraverso lo sport lo sviluppo economico sostenibile. Rispetto di se stessi, degli altri e delle regole, autonomia, autocontrollo e responsabilità, ideali di amicizia e spirito sportivo.</p> <p>-Aiutare gli altri e resistere nelle difficoltà.</p> <p>-Mostrare interesse e motivazione</p> <p>Partecipare attivamente, con spirito collaborativo e democratico, alla vita della comunità scolastica sportiva, rispettando tutte le regole e doveri previsti dai propri ruoli e compiti.</p> <p>-Accettare la sconfitta con dignità.</p> <p>-Riuscire ad autocontrollarsi.</p>

Metodi e strategie didattiche utilizzate (spiegazioni e verifiche)

Per le spiegazioni	Per le verifiche
Materiale di approfondimento	in piattaforma Gsuite
Supporto vocale e scritto nel gruppo WA	Correzione di eventuali elaborati/approfondimenti; osservazione sistematica degli studenti con correzione di possibili atteggiamenti scorretti.

Viterbo, 3 giugno 2026

La docente

Giorgia Giorgia