

A.S. 2025/2026 Insegnamento: Scienze Motorie e Sportive Docente: prof.ssa Giorgia Molteni Classe 4^G Ore sett. d'insegnamento: 2

CURRICOLO PER INSEGNAMENTI/ASSI DELLE UNITA' DI APPRENDIMENTO

TITOLO UDA	TIPOLOGIA	ASSI COINVOLTI / INSEGNAMENTI	COMPETENZE DI RIFERIMENTO	CONOSCENZE	COMPITI E PRODOTTI	MONTE ORE	TIPOLOGIA VALUTAZIONE
1 "Mi misuro" – pt.1	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare ☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☐ di PCTO	Sc. Motorie e Sportive	- Elaborare e porre in essere progetti riguardanti lo sviluppo delle proprie capacità psicofisiche. - Utilizzare le conoscenze e le esperienze pregresse per stabilire obiettivi significativi e realistici. - Valutare difficoltà / potenzialità interne ed esterne elaborando strategie di azione e verificando i risultati raggiunti in rapporto alle proprie aspettative.	- Riconoscerne la natura sistemica, analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause ed effetti all'interno del corpo e nella motricità.	Batteria di test Motorfit o convalidati	10	Prova pratica con valutazione decimale
2 Conoscenza e pratica di uno sport di squadra: "La pallacanestro"	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare ☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale	Sc. Motorie e Sportive	- Costruire e verificare ipotesi di soluzione. - Valutare le soluzioni messe in atto e rielaborare i dati di feedback. - Riconoscerne la natura sistemica, analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause ed effetti	-Conoscere i fondamentali tecnici dei giochi sportivi praticati, semplici tattiche e strategie di gioco, il regolamento e il fair play. -Conoscere la terminologia, il regolamento e la tecnica dei giochi di squadra e degli sport affrontati e l'aspetto	Eseguire i fondamentali individuali e di squadra.	8	Prova pratica con valutazione decimale su aspetti tecnico-sportivi e motivazionali (impegno e partecipazione)

	☐ di PCTO		all'interno del proprio corpo e della propria motricità.	educativo e sociale dello sport. - Conoscere le regole di comportamento, di rispetto e di collaborazione.			
3 Conoscenza e pratica di uno sport di squadra: "La pallavolo"	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare ☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☐ di PCTO	Sc. Motorie e Sportive	- Costruire e verificare ipotesi di soluzione. - Valutare le soluzioni messe in atto e rielaborare i dati di feedback. - Riconoscerne la natura sistemica, analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause ed effetti all'interno del proprio corpo e della propria motricità.	- Conoscere i fondamentali tecnici dei giochi sportivi praticati, semplici tattiche e strategie di gioco, il regolamento e il fair play. - Conoscere la terminologia, il regolamento e la tecnica dei giochi di squadra e degli sport affrontati e l'aspetto educativo e sociale dello sport. - Conoscere le regole di comportamento, di rispetto e di collaborazione.	Eseguire i fondamentali individuali e di squadra.	10	Prova pratica con valutazione decimale su aspetti tecnico-sportivi e motivazionali (impegno e partecipazione)
4 Conoscenza e pratica degli sport con racchetta "badminton, tennis, street racket, tennis tavolo"	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare ☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☐ di PCTO	Sc. Motorie e Sportive	- Costruire e verificare ipotesi di soluzione. - Valutare le soluzioni messe in atto e rielaborare i dati di feedback. - Riconoscerne la natura sistemica, analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause ed effetti all'interno del proprio corpo e della propria motricità.	- Conoscere i fondamentali tecnici dei giochi sportivi praticati, semplici tattiche e strategie di gioco, il regolamento e il fair play. - Conoscere la terminologia, il regolamento e la tecnica degli sport affrontati e l'aspetto educativo e sociale dello sport. - Conoscere le regole di comportamento, di rispetto e di collaborazione.	Eseguire i fondamentali individuali.	10	Prova pratica con valutazione decimale su aspetti tecnico-sportivi e motivazionali (impegno e partecipazione)
5 Conoscenza e pratica di uno sport individuale "la ginnastica artistica"	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare ☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☐ di PCTO	Sc. Motorie e Sportive	- Costruire e verificare ipotesi di soluzione. - Valutare le soluzioni messe in atto e rielaborare i dati di feedback. - Riconoscerne la natura sistemica, analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause ed effetti all'interno del proprio corpo e della propria motricità.	- Conoscere i fondamentali tecnici dei giochi sportivi praticati, semplici tattiche e strategie di gioco, il regolamento e il fair play. - Conoscere la terminologia, il regolamento e la tecnica dei giochi di squadra e degli sport affrontati e l'aspetto educativo e sociale dello sport. - Conoscere le regole di	Eseguire sequenze di movimento a corpo libero e sui grandi attrezzi.	8	Prova pratica con valutazione decimale su aspetti tecnico-sportivi e motivazionali (impegno e partecipazione)

				comportamento, di rispetto e di collaborazione.			
6 Conoscenza e pratica di uno sport individuale: "Unihockey"	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare ☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☐ di PCTO	Sc. Motorie e Sportive	- Costruire e verificare ipotesi di soluzione. - Valutare le soluzioni messe in atto e rielaborare i dati di feedback. - Riconoscerne la natura sistemica, analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause ed effetti all'interno del proprio corpo e della propria motricità.	Conoscere i fondamentali tecnici dei giochi sportivi praticati, semplici tattiche e strategie di gioco, il regolamento e il fair play. Conoscere la terminologia, il regolamento e la tecnica dei giochi di squadra e degli sport affrontati e l'aspetto educativo e sociale dello sport. Conoscere le regole di comportamento, di rispetto e di collaborazione.	Eseguire i fondamentali individuali e di squadra	8	Prova pratica con valutazione decimale su aspetti tecnico-sportivi e motivazionali (impegno e partecipazione)
7 "Elementi di primo soccorso e l'RCP"	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare ☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☐ di PCTO	Assi coinvolti: - dei Linguaggi - Scientifico, tecnologico e professionale - Scienze Motorie e Sportive	-Riconoscere situazioni di emergenza e adottare comportamenti adeguati e responsabili. -Conoscere i principi base del primo soccorso, con particolare riferimento alla catena della sopravvivenza. -Conoscere e saper descrivere le fasi fondamentali dell'RCP (rianimazione cardiopolmonare). -Saper attivare correttamente la richiesta di aiuto (112/118) e comunicare in modo chiaro. -Comprendere l'importanza della prevenzione e della sicurezza durante attività motorie e nella vita quotidiana.	Principi di primo soccorso Catena della sopravvivenza Rianimazione cardiopolmonare (RCP) Sicurezza e responsabilità	Simulare la valutazione di una scena e dell'infortunato (in forma didattica).	4	Valutazione scritta con voto decimale e osservazione
	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare	Sc. Motorie e Sportive	- Elaborare e porre in essere progetti riguardanti lo sviluppo	- Riconoscerne la natura sistemica, analogie e differenze, coerenze ed	Batteria di test Motorfit o convalidati	10	Prova pratica

8 “Mi misuro” – pt.2	☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☒ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☐ di PCTO		delle proprie capacità psicofisiche. - Utilizzare le conoscenze e le esperienze pregresse per stabilire obiettivi significativi e realistici. - Valutare difficoltà / potenzialità interne ed esterne elaborando strategie di azione e verificando i risultati raggiunti in rapporto alle proprie aspettative.	incoerenze, cause ed effetti all'interno del corpo e nella motricità.			con valutazione decimale
-------------------------	--	--	--	---	--	--	--------------------------

Vimercate, 18/11/2025

La docente, prof.ssa Giorgia Molteni

