



MINISTERO DELL' ISTRUZIONE
Ufficio Scolastico Regionale per il Lazio
ISTITUTO OMNICOMPRESIVO "LEONARDO DA VINCI" ACQUAPENDENTE
Via G.CARDUCCI s.n.c. 01021 Acquapendente (VT) CF 80019550567 – Tel..0763/734208
e-mail VTIS01100L@ISTRUZIONE.IT; PEC: VTIS01100L@pec.istruzione.it



ISTITUTO OMNICOMPRESIVO " LEONARDO da VINCI"

ANNO SCOLASTICO 2024/2025

PROGRAMMA DI

CLASSE5 ASU

SCUOLA Liceo Scienze Umane

PROF. Pallotta Antonello

Testi utilizzati:

Il Diario del 2011 testo unico Autore Marisa Vicini Volume 1 Editore Archimede Edizioni.

Video e testi presi dal web.

PREMESSA

Profilo della Classe in riferimento alle attività svolte, agli obiettivi raggiunti, alla partecipazione, alle iniziative di ampliamento e rafforzamento, qualsiasi altro elemento significativo del percorso formativo

L'andamento della classe è stato buono durante l'anno, tutti i ragazzi hanno risposto bene sia alle lezioni in presenza che alle lezioni a distanza, impegnandosi nei diversi lavori proposti dimostrando inoltre interesse e buona partecipazione.

OBIETTIVI RAGGIUNTI

CONOSCENZE

Principi base dell'allenamento e la struttura base dei muscoli.

Funzioni base del sistema immunitario.

Gli effetti dannosi dei prodotti farmacologici tesi esclusivamente al risultato immediato.

Le conseguenze del doping sportivo

I principi igienici, scientifici e alimentari essenziali per mantenere il proprio stato di salute e migliorare l'efficienza fisica.

COMPETENZE

Applicare le regole elementari per la salute, il benessere.

Applica i principi dell'allenamento.

Applica le regole di come potenziare le proprie difese immunitarie.

Applica le norme del doping sportivo.

Applica le norme su una corretta alimentazione al fine di migliorare il proprio stato di salute.

ABILITA'

Adotta i principi igienici e scientifici essenziali per mantenere il proprio stato di salute e migliorare l'efficienza fisica attraverso l'allenamento.

CONTENUTI - PROGRAMMA SVOLTO

Principi sull'allenamento sportivo, i muscoli, Salute e benessere“ il sistema immunitario”, sicurezza, prevenzione, il doping.

TIPOLOGIA DELLE ATTIVITA' FORMATIVE (MEZZI / STRUMENTI / METODOLOGIE)

<i>Lezione frontale</i>	x
<i>Mezzi audio-visivi</i>	x
<i>Lavoro di gruppo</i>	
<i>Insegnamento individualizzato</i>	
<i>Lezioni in laboratorio</i>	
<i>Dispense fornite dal docente</i>	
<i>Materiale su supporto informatico</i>	x
<i>Altro: (DDI)</i>	
<i>Attualizzazione di alcune tematiche</i>	
<i>Video lezioni</i>	
<i>Video</i>	
<i>Mappe concettuali</i>	

STRUMENTI DI VALUTAZIONE ADOTTATI

In altro, specificare in particolare gli strumenti di valutazione adottati nella DDI

<i>Interrogazioni tradizionali</i>	x
<i>Questionari</i>	
<i>Lavori di gruppo</i>	
<i>Temi con docente italiano</i>	
<i>Traduzioni</i>	
<i>Risoluzione di problemi</i>	
<i>Esercitazioni grafiche o pratiche</i>	
<i>Altro: (DDI)</i>	
<i>Interrogazioni collettive</i>	
<i>Interpretazione e commento testi</i>	x
<i>Interpretazioni e commento di mappe</i>	

Acquapendente,

16-05-2025

IL DOCENTE

Pallotta Antonello

Rappresentanti di classe
