



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 fax 0763/731491
e-mail VTIS01100L@ISTRUZIONE.IT; PEC: VTIS01100L@pec.istruzione.it



TABELLA N° 1

**CONOSCENZE CHIAVE DA ACQUISIRE, APPROFONDIRE E UTILIZZARE
ATTRAVERSO LO STUDIO DELLA DISCIPLINA**

Scienze Motorie e sportive
V anno

**NELL'ANNO DI CORSO 2025/2026 ORDINE SCUOLA SECONDARIA DI SECONDO
GRADO**

INDIRIZZO DI STUDI

X LICEO SCIENTIFICO

X LICEO SCIENTIFICO – SCIENZE APPLICATE

X LICEO SCIENZE UMANE – ECONOMICA/SOCIALE

X ITT – ELETTRONICA Elettrotecnica

X ITT – CHIMICA, MATERIALI E BIOTECNOLOGIE

| DISCIPLINA Scienze Motorie e sportive | |
|--|-----------------------|
| BREVE DESCRIZIONE DELLE CONOSCENZE CHIAVE DI DISCIPLINA SCELTE | note eventuali |
| 1 Approfondimenti di Anatomia umana: apparato scheletrico; apparato | |

| | |
|---|--|
| muscolare, apparato cardio circolatorio. | |
| 2 Fisiologia: i meccanismi energetici | |
| 3 Cinesiologia del movimento e effetti dell'allenamento. | |
| 4 Capacità coordinative: generali e speciali | |
| 5 Capacità condizionali: Forza; resistenza, velocità. | |
| 6 Salute e benessere: Alimentazioni, principi alimentari; dieta; piramide alimentare; disturbi alimentari | |
| 7 Fair play e doping | |
| 8 Regole e tecniche di base dei principali sport di squadra e individuali. | |

I DOCENTI DI DIPARTIMENTO DISCIPLINARE

Robustelli Massimo

Pallotta Antonello





TABELLA N° 2

**ABILITÀ CHIAVE DA ACQUISIRE, APPROFONDIRE E UTILIZZARE ATTRAVERSO
LO STUDIO DELLA DISCIPLINA**

Scienze motorie e sportive

**NELL'ANNO DI CORSO 2025/2026 ORDINE SCUOLA SECONDARIA DI SECONDO
GRADO**

INDIRIZZO DI STUDI

☐ LICEO SCIENTIFICO

☒ LICEO SCIENTIFICO – SCIENZE APPLICATE

☒ LICEO SCIENZE UMANE – ECONOMICA/SOCIALE

☒ ITT – ELETTRONICA ELETTRONICA

☒ ITT – CHIMICA, MATERIALI E BIOTECNOLOGIE

| BREVE DESCRIZIONE DELLE ABILITA' CHIAVE DI DISCIPLINA SCELTE | note eventuali |
|--|----------------|
| 1 Essere in grado di realizzare schemi motori semplici e complessi | |
| 2 Elaborare risposte efficaci in situazioni motorie semplici e complesse | |
| 3 Saper assumere posture corrette | |
| 4 Sapersi muovere rispettando l'ambiente | |
| 5 Saper utilizzare un lessico specifico | |
| 6 Saper analizzare e rielaborare i contenuti appresi | |

I DOCENTI DI DIPARTIMENTO DISCIPLINARE

Robustelli Massimo

Pallotta Antonello



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 fax 0763/731491

e-mail VTIS01100L@ISTRUZIONE.IT; PEC: VTIS01100L@pec.istruzione.it

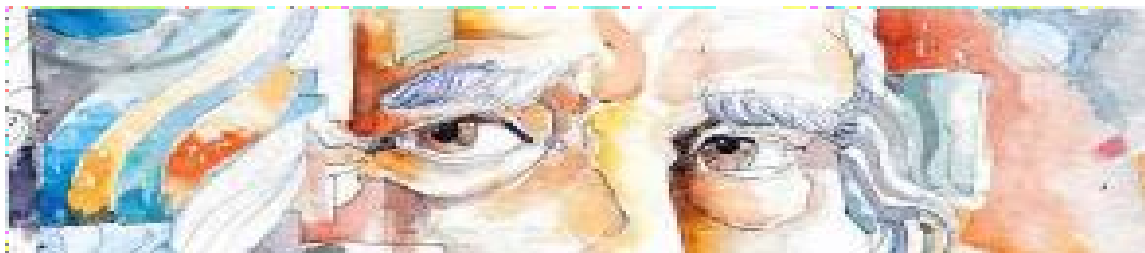


TABELLA N° 3

COMPETENZE CHIAVE DA ACQUISIRE, APPROFONDIRE E UTILIZZARE ATTRAVERSO LO STUDIO DELLA DISCIPLINA

Scienze motorie e sportive

NELL'ANNO DI CORSO **2025/2026** ORDINE SCUOLA SECONDARIA DI SECONDO GRADO

INDIRIZZO DI STUDI

☐ LICEO SCIENTIFICO

☒ LICEO SCIENTIFICO – SCIENZE APPLICATE

☒ LICEO SCIENZE UMANE – ECONOMICA/SOCIALE

☒ ITT – ELETTRONICA Elettrotecnica

☒ ITT – CHIMICA, MATERIALI E BIOTECNOLOGIE

| BREVE DESCRIZIONE DELLE COMPETENZE CHIAVE SCELTE descrivere brevemente qui sotto le competenze chiave di questa disciplina |
|---|
| Competenze Comunicative Saper utilizzare una pluralità di lingue e linguaggi e di forme di comunicazione per comprendere, interpretare, narrare, descrivere e rappresentare fenomeni e processi, rielaborare dati, esporre e argomentare idee. |
| Competenze Metodologico-operative Saper analizzare dati, valutare situazioni e prodotti, formulare ipotesi e previsioni, sperimentare scelte, soluzioni e procedimenti, utilizzare strumenti, eseguire operazioni ed elaborare prodotti. |
| Competenze Relazionali Sapersi relazionare con se stessi e con gli altri agire con autonomia e consapevolezza, riflettere e valutare il proprio operato, rispettare gli ambienti, le cose, le persone, confrontarsi, collaborare, cooperare all'interno di un gruppo. |
| Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare Osservare comportamenti e atteggiamenti rispettosi verso il proprio benessere personale, sociale e fisico e quello degli altri, della comunità e del pianeta. |

Collaborare e partecipare, interagendo in gruppo, comprendendo i diversi punti di vista, valorizzando le proprie e le altrui risorse, gestendo la conflittualità, contribuendo all'apprendimento comune ed alla realizzazione delle attività collettive, nel rispetto dei diritti degli altri e delle diversità, superando i pregiudizi; osservare atteggiamenti e comportamenti improntati a integrità ed empatia.
Sviluppare fiducia nei propri mezzi, valutare i propri punti critici, potenzialità e risorse; mantenere motivazione e interesse ad imparare sempre.

Competenza in materia di cittadinanza

Agire in modo autonomo e responsabile inserendosi in modo attivo e consapevole nella vita sociale, facendo valere i propri diritti e bisogni e riconoscendo al contempo quelli altrui, le opportunità comuni, i limiti, le regole, le responsabilità.

Collocare l'esperienza personale in un sistema di regole fondato sul reciproco riconoscimento dei diritti garantiti dalla Costituzione, a tutela della persona, della collettività e dell'ambiente e delle future generazioni.

Osservare comportamenti e atteggiamenti rispettosi dell'ambiente, dei beni comuni, della sostenibilità ambientale, economica, sociale, coerentemente con l'Agenda 2030 per lo sviluppo sostenibile.

I DOCENTI DI DIPARTIMENTO DISCIPLINARE

Robustelli Massimo

Pallotta Antonello