G.A.GIOBERT
www.giobert.edu.it

ISTITUTO SUPERIORE «G.A. GIOBERT»
Codice Ministero ATIS00600P
e-mail : segreteria@giobert.it,
atis00600p@istruzione.it
e-mail PEC : atis00600p@pec.istruzione.it

Settore economico
PERITO in AFM
AFM
Relazioni Internazionali per il Marketing
Sistemi Informativi per l'Azienda
PERITO TURISTICO

Settore tecnologico
Perito in COSTRUZIONI AMBIENTE e TERRITORIO
Perito in LOGISTICA

PIANO DI LAVORO ANNUALE 2026/2027

DOCENTE: GIARETTI PAOLA

COMPRESENZA CON:

-
-
-

CLASSE: 5ACAT **DISCIPLINA:** SCIENZE MOTORIE

LIBRI DI TESTO: IL CORPO E I SUOI LINGUAGGI LIGHT
ED. G.D'ANNA


G.A.GIOBERT
www.giobert.edu.it

ISTITUTO SUPERIORE «G.A. GIOBERT»
Codice Ministero ATIS00600P
e-mail : segreteria@giobert.it,
atis00600p@istruzione.it
e-mail PEC : atis00600p@pec.istruzione.it

Settore economico
PERITO in AFM
AFM
Relazioni Internazionali per il Marketing
Sistemi Informativi per l'Azienda
PERITO TURISTICO

Settore tecnologico
Perito in COSTRUZIONI AMBIENTE e TERRITORIO
Perito in LOGISTICA

CURRICOLO COMUNE PER LE CLASSI PARALLELE stabilito dal Dipartimento o sottogruppo disciplinare (in grassetto le abilità e le conoscenze essenziali corrispondenti agli OBIETTIVI MINIMI)

Competenze

- Realizzare in modo consapevole sequenze motorie assegnate e/o originali in condizioni standard e complesse
- Orientarsi concretamente nell'insieme delle discipline sportive praticate siano esse cicliche che "in situazione"
- Acquisire e disporre di strumenti efficaci per migliorare autonomamente il proprio stato di salute/benessere

Conoscenze	Abilità
Primo Quadrimestre	**Primo Quadrimestre**
1. Sviluppo Motorio e Area della Personalità • Obiettivo: Comprendere come la motricità influenzi e si integri con lo sviluppo globale della persona (cognitivo, affettivo, sociale e relazionale). • Contenuti: La relazione tra sviluppo motorio, cognitivo, affettivo-emotivo e relazionale. Schema corporeo, percezione di sé, autostima e senso di autoefficacia nell'età evolutiva. 2. Funzione Educativa dello Sport • Obiettivo: Analizzare il valore formativo, etico e sociale dell'attività sportiva. • Contenuti: Valore educativo dello sport: inclusione, rispetto delle regole, gestione della vittoria e della sconfitta. Il concetto di Fair Play, la prevenzione del bullismo e del cyberbullismo attraverso il gioco di squadra. 3. Educazione alla Salute e Stili di Vita • Obiettivo: Riconoscere l'importanza dell'attività fisica costante e di un corretto stile di vita per il benessere psicofisico. • Contenuti:	1. Arbitraggio, Giuria e Responsabilità nelle Competizioni • Competenza: Riconoscere, applicare e far rispettare i regolamenti sportivi assumendo ruoli ufficiali di gestione della gara • Abilità: Dirigere fasi di gioco o competizioni scolastiche applicando con imparzialità i regolamenti ufficiali. Comunicare in modo chiaro e tempestivo attraverso la gestualità e la terminologia arbitrale convenzionale. Promuovere il rispetto del fair play, prevenire e gestire eventuali conflitti sul campo. 2. Educazione alla Salute e Stili di Vita • Competenza: Sviluppare una consapevolezza critica sul valore dell'attività motoria constante come fattore determinante per la salute e il benessere psicofisico permanente. • Abilità: Strutturare in autonomia abitudini motorie sane da integrare nella propria routine quotidiana e scolastica. Valutare l'impatto positivo del movimento sulla prevenzione delle patologie da sedentarietà e sulla gestione dello stress.

Concetto di salute globale

Fabbisogno energetico, bilancio calorico, corretta alimentazione ed erogazione dell'attività motoria adattata all'età.

4. Prevenzione e Igiene

• Obiettivo: Conoscere e applicare le strategie di prevenzione primaria legate alla pratica motoria e quotidiana.

• Contenuti:

Prevenzione degli infortuni sportivi e delle patologie da sedentarismo.

Igiene personale, posturale e degli ambienti di allenamento e studio.

1. L'Aspetto Educativo e Funzionale dello Sport

• Obiettivo: Comprendere il valore formativo, etico e sociale dell'attività sportiva e il suo impatto sullo sviluppo globale della persona.

• Contenuti:

Lo sport come strumento di inclusione, rispetto delle regole, autodisciplina, cooperazione e gestione costruttiva della vittoria e della sconfitta (Fair Play).

L'impatto del movimento sul miglioramento delle capacità motorie, sul controllo corporeo e sullo sviluppo della personalità (area cognitiva, affettiva e relazionale).

2. Prevenzione e Salute

• Obiettivo: Acquisire consapevolezza dell'attività fisica e dell'igiene della persona come fattori determinanti per la tutela della salute.

• Contenuti:

Prevenzione primaria: Lotta alla sedentarietà e comprensione dei benefici dell'esercizio fisico sul benessere psicofisico e cardiovascolare.

igiene: Igiene posturale nei contesti scolastici e sportivi, prevenzione degli infortuni nelle attività motorie e corretta gestione dei carichi di lavoro

3.Pratica Sportiva

• Sport Individuali e Outdoor: Atletica leggera, ginnastica artistica, orienteering, workout/calisthenics, nordic walking, padel, tennis, arrampicata sportiva.

• Sport di Squadra: Organizzazione di tornei interni con gestione diretta da parte degli studenti dei ruoli di campo e di giuria.

Obiettivo Generale

Assumere stili di vita e comportamenti attivi nei confronti della salute, comprendendo il valore dell'attività fisica per il benessere psicofisico.

• Conoscenze:

Comprendere il concetto di salute globale come stato di benessere fisico, mentale e sociale.

Conoscere le linee guida di base sull'attività fisica regolare e i rischi legati alla sedentarietà.

Comprendere la relazione tra attività motoria, corretta idratazione e alimentazione bilanciata.

• Abilità:

Partecipare con continuità, impegno e abbigliamento idoneo alle lezioni di Scienze Motorie.

Mantenere un'adeguata igiene posturale al banco e negli spazi di lavoro motorio.

Riconoscere le proprie risposte fisiologiche all'esercizio fisico (aumento della frequenza cardiaca, respirazione, affaticamento).


G.A.GIOBERT
www.giobert.edu.it

ISTITUTO SUPERIORE «G.A. GIOBERT»
Codice Ministero ATIS00600P
e-mail : segreteria@giobert.it,
atis00600p@istruzione.it
e-mail PEC : atis00600p@pec.istruzione.it

Settore economico
PERITO in AFM
AFM
Relazioni Internazionali per il Marketing
Sistemi Informativi per l'Azienda
PERITO TURISTICO

Settore tecnologico
Perito in COSTRUZIONI AMBIENTE e TERRITORIO
Perito in LOGISTICA

Secondo Quadrimestre	Secondo Quadrimestre
1. Attività Motoria Nelle Diverse Età e Condizioni Speciali • Obiettivo: Conoscere come l'attività fisica si adatti all'arco della vita e alle diverse capacità funzionali. • Contenuti: L'attività motoria nelle diverse fasi della vita: dall'infanzia alla terza età. Attività motoria adattata, sport paralimpico, inclusione e gestione delle diverse abilità. 2. Prevenzione delle Dipendenze e Tutela della Salute • Obiettivo: Sviluppare consapevolezza critica rispetto ai fattori di rischio comportamentali e sostanze d'abuso. • Contenuti: Analisi e prevenzione delle dipendenze da sostanze (alcol, fumo, sostanze stupefacenti, doping nello sport). Dipendenze comportamentali (smartphone, gaming, ludopatia, vigoressia/dipendenza da esercizio). 3. Primo Soccorso e Gestione delle Emergenze • Obiettivo: Acquisire le conoscenze teoriche per intervenire in modo tempestivo, sicuro e consapevole in caso di infortunio o malore. • Contenuti: Catena del soccorso e chiamata di emergenza (NUE 112). Gestione dei traumi sportivi (distorsioni, lussazioni, fratture, ferite) e nozioni base sulle manovre di primo intervento (BLS). 4. Storia dell'Educazione Fisica: Italia dall'800 ad Oggi • Obiettivo: Analizzare e mettere a confronto l'evoluzione storico-culturale della disciplina nel contesto italiano e statunitense. • Contenuti: In Italia: Dalla ginnastica risorgimentale/militare dell'800 (metodo Baumann e Obermann) all'inquadramento fascista, fino alla scuola repubblicana e contemporanea. **1. Prevenzione delle Dipendenze e Tutela del Benessere**	1. Analisi Critica della Società del Benessere e del Fitness • Competenza: Osservare, interpretare e valutare criticamente le dinamiche e i fenomeni socio-culturali legati al mondo dello sport commerciale, del fitness e del benessere. • Abilità: Distinguere tra pratiche motorie scientificamente fondate e tendenze commerciali o modali potenzialmente nocive. Analizzare criticamente il ruolo dei media, della tecnologia e dell'industria del wellness nella percezione dell'immagine corporea e della salute. 2.Organizzazione dell'Attività Sportiva • Competenza: Pianificare, coordinare e dirigere in prima persona eventi, tornei e sessioni di allenamento individuali o di gruppo. • Abilità: Progettare e gestire un tabellone di gara, la calendarizzazione degli incontri e la logistica degli spazi e delle attrezzature. Condurre fasi di riscaldamento, percorsi di allenamento o lezioni tra pari (peer teaching), dimostrando capacità di leadership e gestione del gruppo. 3.Pratica Sportiva • Sport Individuali e Outdoor: Atletica leggera, ginnastica artistica, orienteering, workout/calisthenics, nordic walking, padel, tennis, arrampicata sportiva. • Sport di Squadra: Realizzazione e autogestione integrale di manifestazioni sportive e tornei scolastici. **Obiettivo Generale** **Consolidare in modo autonomo stili di vita sani e comportamenti attivi, integrando la pratica motoria nella routine quotidiana e nella promozione del benessere.** • **Conoscenze:** **Riconoscere e valutare criticamente fattori di rischio comportamentali (sedentarietà, errate abitudini alimentari, uso prolungato di schermi).** **Conoscere i benefici a lungo termine**

- **Obiettivo: Sviluppare un pensiero critico rispetto ai comportamenti a rischio che compromettono la salute fisica e mentale.**
- **Contenuti:**

Dipendenze da sostanze: Effetti e rischi legati all'uso di alcol, fumo, sostanze stupefacenti e sostanze dopanti nell'ambito sportivo.

Dipendenze comportamentali: Analisi dell'uso incontrollato di dispositivi digitali (smartphone, gaming), della ludopatia e dei disturbi legati all'immagine corporea in ambito sportivo (es. vigoressia).

2. Primo Soccorso e Intervento di Emergenza

- **Obiettivo: Conoscere le procedure teorico-pratiche fondamentali per gestire in sicurezza situazioni di infortunio o malore.**
- **Contenuti:**

La catena del soccorso: Valutazione della scena, autoprotezione e chiamata di emergenza al Numero Unico di Emergenza (NUE 112).

Primo intervento nei traumi sportivi: Gestione di traumi frequenti (distorsioni, lussazioni, fratture, ferite, crampi, contusioni).

Principali manovre salvavita: Nozioni teoriche di base su posizionamento (PLS - Posizione Laterale di Sicurezza), soffocamento da corpo estraneo e rianimazione cardiopolmonare (BLS).

dell'attività fisica sulla prevenzione delle patologie e sulla gestione dello stress.

- **Abilità:**

Pianificare e praticare in autonomia attività motorie ed esercizio fisico anche al di fuori dell'ambito scolastico.

Promuovere comportamenti corretti all'interno del gruppo classe (rispetto della sicurezza, cooperazione, supporto reciproco).

Mantenere uno stile di vita attivo e consapevole, dimostrando continuità, autovalutazione e responsabilità nei confronti della propria salute.

G.A.GIOBERT
www.giobert.edu.it

ISTITUTO SUPERIORE «G.A. GIOBERT»
Codice Ministero ATIS00600P
e-mail : segreteria@giobert.it,
atis00600p@istruzione.it
e-mail PEC : atis00600p@pec.istruzione.it

Settore economico
PERITO in AFM
AFM
Relazioni Internazionali per il Marketing
Sistemi Informativi per l'Azienda
PERITO TURISTICO
Settore tecnologico
Perito in COSTRUZIONI AMBIENTE e TERRITORIO
Perito in LOGISTICA

METODOLOGIA adottata dal docente

Tipo	Prevalente / Alternata / Occasionale / Non Utilizzata	Tipo	Prevalente / Alternata / Occasionale / Non Utilizzata
Spiegazione Frontale	Alternata	**Esercitazioni Pratiche**	Prevalente
Utilizzo del libro di testo	Alternata	**Creazione in classe di mappe concettuali e condivisione delle stesse**	Occasionale
Utilizzo parziale del libro di testo con frequenti integrazioni di materiali digitali o dispense	Occasionale	**Altro da indicare (es.: uscite didattiche di indirizzo; convegni / conferenze)**	
Lavoro di gruppo da specificare	Prevalente	**Flipped Classroom**	Occasionale
		Problem Based Solving	Alternata

G.A.GIOBERT
www.giobert.edu.it

ISTITUTO SUPERIORE «G.A. GIOBERT»
Codice Ministero ATIS00600P
e-mail : segreteria@giobert.it,
atis00600p@istruzione.it
e-mail PEC : atis00600p@pec.istruzione.it

Settore economico
PERITO in AFM
AFM
Relazioni Internazionali per il Marketing
Sistemi Informativi per l'Azienda
PERITO TURISTICO

Settore tecnologico
Perito in COSTRUZIONI AMBIENTE e TERRITORIO
Perito in LOGISTICA

TECNOLOGIE UTILIZZATE a supporto della didattica

Tipo	Prevalente / Alternata / Occasionale / Non Utilizzata
UTILIZZO DELLA LIM o SMART BOARD per i contenuti speciali del libro di testo	Alternata
UTILIZZO DELLA LIM o SMART BOARD per i contenuti alternativi o aggiuntivi forniti dal docente	Alternata
Laboratorio strutturato (PC Fissi)	Non Utilizzata
Laboratorio Multimediale	Non Utilizzata
Utilizzo speciale dei telefoni/Notebook/Tablet/NetBook degli alunni per la finalità didattiche. Indicare sotto il tipo di attività	Non Utilizzata
Altro da indicare	


G.A.GIOBERT
www.giobert.edu.it

ISTITUTO SUPERIORE «G.A. GIOBERT»

Codice Ministero ATIS00600P

e-mail : segreteria@giobert.it,
atis00600p@istruzione.it
e-mail PEC : atis00600p@pec.istruzione.it

Settore economico
PERITO in AFM
AFM
Relazioni Internazionali per il Marketing
Sistemi Informativi per l'Azienda
PERITO TURISTICO

Settore tecnologico
Perito in COSTRUZIONI AMBIENTE e TERRITORIO
Perito in LOGISTICA

Se in compresenza con SOSTEGNO indicare l'organizzazione prevalente dell'attività (ruolo del docente disciplinare e ruolo del docente di sostegno)

Se in compresenza con INSEGNANTE TECNICO PRATICO indicare l'organizzazione prevalente dell'attività (ruolo del docente disciplinare e ruolo del docente di ITP)

Se in compresenza con INSEGNANTE TUTOR DI CLASSE indicare il tipo di attività svolta secondo il piano specifico elaborato dal consiglio di classe

Nel caso dell'insegnamento di informatica nel biennio AFM / SIA / RIM / TUR indicare l'attività svolta in compresenza nelle classi prime e nella classe 2 CSIA nell'ambito del progetto SuperTic

Nel caso del progetto SuperEnglish se in compresenza nelle 4° ore di inglese indicare le modalità di suddivisione della classe e dell'attività svolta in compresenza

G.A.GIOBERT
www.giobert.edu.it

ISTITUTO SUPERIORE «G.A. GIOBERT»
Codice Ministero ATIS00600P
e-mail : segreteria@giobert.it,
atis00600p@istruzione.it
e-mail PEC : atis00600p@pec.istruzione.it

Settore economico
PERITO in AFM
AFM
Relazioni Internazionali per il Marketing
Sistemi Informativi per l'Azienda
PERITO TURISTICO

Settore tecnologico
Perito in COSTRUZIONI AMBIENTE e TERRITORIO
Perito in LOGISTICA

MODALITA' di verifica degli apprendimenti

Numero verifiche scritte programmate per quadrimestre: 2

Numero interrogazioni programmate per quadrimestre: 2

Nel rispetto del numero minimo fissato dal collegio docenti e delle decisioni assunte dal dipartimento / gruppo disciplinare

Tipo Verifiche	Prevalente / Alternata / Occasionale / Non Utilizzata	Tipo Verifiche	Prevalente / Alternata / Occasionale / Non Utilizzata
Test Risposta Aperta	Alternata	**Interrogazione Orale**	Occasionale
Test Risposta Multipla	Alternata	**Lavoro di ricerca autonomo**	Occasionale
Verifiche Problem / Solving	Occasionale	**Produzione di testi**	Occasionale
Verifiche Miste	Alternata	**Presentazione multimediale**	Occasionale
Altro tipo di verifica scritta da indicare		PRATICA	

Il docente ha somministrato prove di ingresso comuni concordate e redatte all'interno del Dipartimento?	No
Il docente intende somministrare in corso d'anno prove comuni concordate e redatte all'interno del Dipartimento?	No

G.A.GIOBERT
www.giobert.edu.it

ISTITUTO SUPERIORE «G.A. GIOBERT»
Codice Ministero ATIS00600P
e-mail : segreteria@giobert.it,
atis00600p@istruzione.it
e-mail PEC : atis00600p@pec.istruzione.it

Settore economico
PERITO in AFM
AFM
Relazioni Internazionali per il Marketing
Sistemi Informativi per l'Azienda
PERITO TURISTICO

Settore tecnologico
Perito in COSTRUZIONI AMBIENTE e TERRITORIO
Perito in LOGISTICA

TRASPARENZA e VALORE FORMATIVO dell'attività di verifica

Il docente intende accompagnare l'espressione del voto delle VERIFICHE SCRITTE con	
a) una griglia recante i criteri di valutazione (correttezza, uso della terminologia tecnica corretta, completezza…)compilata per ogni allievo ed allegata alla prova	No
b) una tabella a punti per ogni item della prova e compilata per ogni allievo ed allegata alla prova	No
c) un giudizio verbale redatto sulla prova	SI
d) altro così indicato:	No

Asti, 14-10-2026

GIARETTI PAOLA