

CONCORSO PER TITOLI ED ESAMI PER L'ACCESSO AI RUOLI DEL
PERSONALE DOCENTE DELLA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO E DI
SECONDO GRADO, SU POSTO COMUNE E DI SOSTEGNO, DELLA REGIONE
AUTONOMA VALLE D'AOSTA

(decreti del Presidente della Regione n. 12/2024 e n. 18/2024)

**CLASSE DI CONCORSO A-48 –SCIENZE MOTORIE E
SPORTIVE (Secondaria – 2° grado)- (attuale cl. Conc.A-48
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE NELL'ISTRUZIONE
SECONDARIA DI I E DI II GRADO come stabilito dal D.M. n. 255 del
22/12/2023, con decorrenza dall'11/02/2024)**

QUESITI ESTRATTI NELL'AMBITO DELLA PROVA ORALE

AOSTA, 3 MAGGIO 2024 MATTINO

QUESITO N.5

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- LA NASCITA DELLE OLIMPIADI

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.14

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- ANATOMIA E FISIOLOGIA DELL'APPARATO CIRCOLATORIO

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.10

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **LE CAPACITA' CONDIZIONALI E COORDINATIVE**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.17

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **LE PRINCIPALI REGOLE DEL GIOCO DELLA PALLACANESTRO**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.29

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **I GIOCHI SPORTIVI STUDENTESCHI**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.30

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **ANATOMIA E FUNZIONALITA' DEI MUSCOLI ADDOMINALI**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.3

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **LE OLIMPIADI MODERNE: NASCITA E CARATTERISTICHE**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.26

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **LA FORZA IN GENERALE E NEI SALTI DELL'ATLETICA LEGGERA**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.16

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **IL TEST DI COOPER: DESCRIZIONE E FINALITA'**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.27

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **LE BASI DELL'ALIMENTAZIONE**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

AOSTA, 3 MAGGIO 2024 POMERIGGIO

QUESITO N.23

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **GLI ASSI E I PIANI DEL CORPO**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.18

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **LA MOBILITA' ARTICOLARE DEGLI ARTI SUPERIORI**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.15

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **PEER TO PEER NELLA LEZIONE DI SCIENZE MOTORIE**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.8

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **I MUSCOLI: CLASSIFICAZIONE E UTILIZZO**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.4

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **TEST MOTORI PER VALUTARE LA RESISTENZA**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.7

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **I MACRONUTRIENTI E LA PIRAMIDE ALIMENTARE**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

AOSTA, 4 MAGGIO 2024 MATTINO

QUESITO N.31

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **L'UTILIZZO DELLE TECNOLOGIE NELLA LEZIONE DI SCIENZE MOTORIE**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.22

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **CIRCUIT TRAINING PER IL MIGLIORAMENTO DELLA RESISTENZA**

in relazione:

- 1 alle competenze metodologiche;
- 2 alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3 alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4 alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5 a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.9

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **GIOCHI NON CODIFICATI PROPEDEUTICI AL GESTO DEL LANCIARE**

in relazione:

- 1 alle competenze metodologiche;
- 2 alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3 alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4 alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5 a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.20

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **LE CAPACITA' MOTORIE IMPIEGATE NEI SALTI DELL'ATLETICA LEGGERA**

in relazione:

- 1 alle competenze metodologiche;
- 2 alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3 alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4 alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5 a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.14

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **LA CONDUZIONE DELL'IMPULSO NERVOSO PER LA CONTRAZIONE MUSCOLARE**

in relazione:

- 1 alle competenze metodologiche;
- 2 alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3 alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4 alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5 a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.27

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **CIRCUIT TRAINING E INCLUSIONE**

in relazione:

- 1 alle competenze metodologiche;
- 2 alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3 alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4 alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;

- 5 a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.36

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **IMPIEGO ENERGETICO NELL'ESERCIZIO FISICO:
MECCANISMI E TEMPO DI IMPIEGO**

in relazione:

- 1 alle competenze metodologiche;
- 2 alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3 alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4 alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5 a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.1

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **I MOVIMENTI DELLE BRACCIA NELLA TERMINOLOGIA GINNICA**

in relazione:

- 1 alle competenze metodologiche;
- 2 alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3 alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4 alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5 a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.35

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **DISABILITA' E INCLUSIONE IN PALESTRA: QUALI STRATEGIE UTILIZZARE**

in relazione:

- 1 alle competenze metodologiche;
- 2 alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3 alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4 alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5 a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.18

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **ATTIVAZIONE DELLA FIBRA MUSCOLARE**

in relazione:

- 1 alle competenze metodologiche;
- 2 alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3 alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4 alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5 a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

AOSTA, 7 MAGGIO 2024 MATTINO

QUESITO N.13

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **REGOLAMENTO PER IL GIOCO A SCUOLA DELLA PALLAVOLO**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.30

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **FINALITA' DEL RISCALDAMENTO MUSCOLARE**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.15

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **LA PROPRIOCETTIVITA' IN PALESTRA**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.24

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **CAPACITA' MOTORIE NEL GETTO DEL PESO**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.25

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **IL BASKET INTEGRATO (BASKIN)**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.4

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **LA COLONNA VERTEBRALE E LE CURVE FISILOGICHE**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.21

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO: ESEMPI**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.6

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **ARTICOLAZIONI E MOVIMENTI**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

AOSTA, 7 MAGGIO 2024 POMERIGGIO

QUESITO N.1

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **L'INATTIVITA' MOTORIA: STRATEGIE EDUCATIVE**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.22

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **I TIPI DI CONTRAZIONE MUSCOLARE**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.5

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **I PICCOLI ATTREZZI**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.12

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **PRINCIPALI TRAUMI NELL'ATTIVITA' SPORTIVA: DESCRIZIONE E PRONTO INTERVENTO**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.7

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **ATTIVITA' DI INCLUSIONE PER IPOVEDENTI**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.10

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **DIFFERENZA TRA CONTRAZIONE ISOMETRICA E ISOTONICA**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.6

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **LE TAPPE DELLO SVILUPPO FISICO, PSICHICO E MOTORIO NELLA FASCIA DI ETA' 14/19 ANNI**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.9

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **FONAMENTALI INDIVIDUALI DI ATTACCO E DIFESA NEL BASKET**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

AOSTA, 8 MAGGIO 2024 MATTINA

QUESITO N.9

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **EDUCARE AL FAIR PLAY**

in relazione:

- 6) alle competenze metodologiche;
- 7) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 8) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 9) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 10) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.2

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **LA MOBILITA' ARTICOLARE DEGLI ARTI INFERIORI**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.6

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **METABOLISMO ANAEROBICO ALATTACIDO E LATTACIDO**

in relazione:

- 6) alle competenze metodologiche;
- 7) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 8) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 9) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 10) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.

QUESITO N.11

La commissione valuterà la padronanza del contenuto disciplinare:

- **NORME FONDAMENTALI DI IGIENE LEGATE ALL'ATTIVITA' SPORTIVA**

in relazione:

- 1) alle competenze metodologiche;
- 2) alla conoscenza dell'argomento/i assegnato/i;
- 3) alla coerenza delle scelte metodologiche e didattiche;
- 4) alla definizione di coerenti azioni di verifica e valutazione degli apprendimenti;
- 5) a riferimenti pertinenti alle Linee guida vigenti.