

# PROGRAMMA SVOLTO

## CLASSI DALLA 1<sup>^</sup> ALLA 4<sup>^</sup>

<b>CLASSE</b>	1AEM
<b>INDIRIZZO</b>	AMMINISTRAZIONE, FINANZA E MARKETING
<b>ANNO SCOLASTICO</b>	2019/2020
<b>DISCIPLINA</b>	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
<b>DOCENTE</b>	BALDON ROSANGELA

## PROGRAMMA SVOLTO NELLA CLASSE 1AEM

Libro di testo adottato: "In Movimento" G. Fiorini-S.Coretti- S.Bocchi ED. Marietti scuola

Altri materiali utilizzati: *Le attrezzature presenti in palestra, uso della LIM, piattaforme on-line: aule virtuali di Spaggiari e Gsuite per la DAD*

COMPETENZE SVILUPPATE	MODULI/UNITÀ/NUCLEI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI
<b>COMPETENZA MOVIMENTO</b>	<b>CONOSCERE IL PROPRIO CORPO E LA SUA FUNZIONALITÀ COORDINAZIONE E SCHEMI MOTORI DI BASE.</b>	<p>ESERCIZI DI RISCALDAMENTO. TEST MOTORI PER LE QUALITÀ FISICHE, ESERCIZI DI MOBILITÀ, STRETCHING, RESISTENZA, POTENZIAMENTO FISIOLÓGICO, ESERCIZI DI COORDINAZIONE OCULO-MANUALE E OCULO-PODALICA, STAFFETTE, GIOCHI DI CORSA. CAPOVOLTE NELLE VARIE DIREZIONI.SEMPLICI ESERCIZI DI TENUTA CORPOREA. ANDATURE PRE-ATLETICHE.</p> <p><b>DAD:</b> STUDIO DELL' APPARATO SCHELETRICO E DEI PARAMORFISMI E DISMORFISMI CON TEST DI VERIFICA.</p>
<b>COMPETENZA LINGUAGGIO DEL CORPO</b>	<b>PERCEZIONE SENSORIALE ESPRESSIVITÀ CORPOREA</b>	<p>ESERCIZI DI GRUPPO SEGUENDO I RITMI E LE AZIONI DEI COMPAGNI. ESERCIZI E GIOCHI A COPPIE, TERZIGLIE E QUADRIGLIE. ESERCIZI DI GRUPPO DI COORDINAZIONE OCULO-MANUALE CON LA PALLA. ACROSPORT A COPPIE.</p>
<b>COMPETENZA GIOCO-SPORT</b>	<b>GIOCO, GIOCO-SPORT E SPORT</b>	<p>GIOCHI STRUTTURATI E PRE-SPORTIVI: PALLAGUERRA, PALLA-BASE E GIOCHI PROPEDEUTICI: PALLA TABELLONE, SVUOTA CAMPO, CRAZY-VOLLEY, TUTTI GIU' E PALLA-RE.</p> <p>GIOCHI SPORTIVI: FONDAMENTALI INDIVIDUALI E GIOCO-PARTITA DELLA PALLAVOLO, CENNI SUL BASKET. TORNEO D'ISTITUTO DI PALLAVOLO.</p> <p><b>DAD:</b> LAVORO DI GRUPPO: DESCRIZIONE DI UN GIOCO CONOSCIUTO, UTILIZZANDO LA TERMINOLOGIA SPECIFICA E CORRETTA DELLA DISCIPLINA CON CREAZIONE DI VARIANTI ORIGINALI. SCHEDA INDIVIDUALE DELLE ATTIVITÀ FISICHE DI UNA SETTIMANA DI LOCK-DOWN</p>
<b>COMPETENZA SALUTE E BENESSERE</b>	<b>PREVENZIONE, PRIMO SOCCORSO E CORRETTI STILI DI VITA</b>	<p>CENNI SULLA CORRETTA IGIENE PERSONALE, SUL CORRETTO ABBIGLIAMENTO SPORTIVO, SUI COMPORTAMENTI DI BASE PER LA PREVENZIONE DEGLI INFORTUNI E TUTELA DELLA SALUTE PERSONALE E COLLETTIVA.</p>

- Nella disciplina delle Scienze Motorie e sportive, l'apprendimento di alcune abilità non procede seguendo un ordine “cronologico”, ma ogni attività è formativa e propedeutica al raggiungimento degli obiettivi finali per cui, la docente dichiara che, a causa della sospensione forzata dalle lezioni, non ha svolto alcune parti del modulo **gioco-sport** in quanto è mancata la possibilità di sperimentare il gioco di squadra sia nelle attività ludiche che negli sport . Questo tipo di abilità è possibile svilupparle solo in palestra insieme ai compagni di classe e con gli attrezzi specifici. Inoltre gli obiettivi delle scienze-motorie sono da sviluppare nel quinquennio, per cui verranno recuperati, approfondendoli, il prossimo anno scolastico in itinere.

Piove di Sacco, 16 giugno 2020

La Docente Baldon Rosangela