

# PROGRAMMA SVOLTO

<b>CLASSE</b>	2 BET
<b>INDIRIZZO</b>	ECONOMICO TURISTICO
<b>ANNO SCOLASTICO</b>	2019/20
<b>DISCIPLINA</b>	SCIENZE MOTORIE
<b>DOCENTE</b>	BRAZZAROLA FEDERICA

REV  
DATA  
EMESSO  
MDI  
01  
01.03.2019  
RSGQ  
11.3.5

## PROGRAMMA SVOLTO NELLA CLASSE 2BET

**Libro di testo adottato: In Movimento**

**Altri materiali utilizzati:** (testi, contributi multimediali, materiale predisposto dal docente, ecc.)

COMPETENZE SVILUPPATE	NUCLEI TEMATICI FONDAMENTALI	CONTENUTI
MOVIMENTO	<b>Conoscere il nostro corpo e le sue modificazioni . Capacità coordinative e capacità condizionali</b>	Es. di riscaldamento, test Motori qualità fisiche, Circuitii ,Percorsi, Es. di mobilità articolare, Stretching, Capacità condizionali : forza, velocità ,resistenza, es. di Coordinazione oculo-podolica e oculo-manuale, staffette, andature atletiche. es a coppie ed individuali.
LINGUAGGIO DEL CORPO	<b>Percezione sensoriale ed espressività corporea.</b>	Es. di gruppo con i piccoli attrezzi, es. a corpo libero individuale . Acrosport: figure a 2
GIOCO E SPORT	<b>Giochi semistrutturati e presportivi.</b>	Pallaguerra pallaguerra , HitBall, Pallabase, Pallavolo, Pallacanestro, fondamentali individuali e di squadra. Torneo d'istituto di Pallavolo, calcetto in campo sportivo, Badminton e torneo
SALUTE E BENESSERE	<b>Norme generali di igiene e di prevenzione infortuni DAD</b>	Apparato Scheletrico , lavoro di gruppo per inventare ub circuito a stazioni, tabelle di fitness con relazioni.

Premesso che nell'apprendimento di alcune abilità non c'è un ordine cronologico, ma ogni attività è formativa e propedeutica al raggiungimento degli obiettivi finali

Per quanto riguarda la competenza :Gioco-sport: 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. Gli obiettivi delle scienze-motorie sono da sviluppare nel quinquennio, per cui verranno recuperate approfondendo il prossimo anno scolastico in itinere.

Attività in ambiente naturale: le uscite didattiche programmate : Acropark a passo Fiorine saranno riproposte il prossimo anno scolastico se ci sarà la possibilità.

Piove di Sacco : 13 /06 /2020

Il Docente: Brazzarola Federica