



# PROGRAMMA SVOLTO

## CLASSI DALLA 1^ ALLA 4^

<b>CLASSE</b>	3AEM
<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

REV	DATA	EMESSO	MDI
01	04.11.2019	RSGQ	11.3.6

## PROGRAMMA SVOLTO NELLA CLASSE 3AEM

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
COMPETENZA MOVIMENTO	CONOSCERE IL PROPRIO CORPO E LA SUA FUNZIONALITÀ COORDINAZIONE E SCHEMI MOTORI DI BASE.	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.SEMPLICI ESERCIZI DI TENUTA CORPOREA. ANDATURE PRE-ATLETICHE. <b>DAD:</b> STUDIO DEGLI APPARATI RESPIRATORIO E CARDIO-CIRCOLATORIO CON TEST DI VERIFICA.
COMPETENZA LINGUAGGIO DEL CORPO	PERCEZIONE SENSORIALE ESPRESSIVITÀ CORPOREA	ESERCIZI DI GRUPPO SEGUENDO I RITMI E LE AZIONI DEI COMPAGNI. ESERCIZI E GIOCHI A COPPIE, TERZIGLIE E QUADRIGLIE. ELEMENTI DI ACROSPORT A TRE.
COMPETENZA GIOCO-SPORT	GIOCO, GIOCO-SPORT E SPORT	GIOCHI STRUTTURATI E PRE-SPORTIVI: PALLAGUERRA, PALLA-BASE, PALLA TABELLONE, ACCHIAPPAFANTASMI E GIOCHI PROPEDEUTICI, HIT-BALL, MAD-BALL E OFF-BALL. GIOCHI SPORTIVI, FONDAMENTALI INDIVIDUALI E GIOCO-PARTITA: PALLAVOLO, CENNI SULLA PALLAMANO, BADMINTON, TENNIS TAVOLO E CENNI SUL BASKET. TORNEO D'ISTITUTO DI PALLAVOLO. <b>DAD:</b> LAVORO DI GRUPPO: SCELTA DI UNO SPORT CONOSCIUTO ED ELABORAZIONE DI UN RISCALDAMENTO GENERALE E SPECIFICO UTILIZZANDO LA TERMINOLOGIA SPECIFICA E CORRETTA.
COMPETENZA SALUTE E BENESSERE	PREVENZIONE, PRIMO SOCCORSO E CORRETTI STILI DI VITA AMBIENTE NATURALE	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. <b>DAD:</b> SCHEDA DELLE ATTIVITÀ FISICHE E RIFLESSIONI PERSONALI SULLO STILE DI VITA DURANTE UNA SETTIMANA DI LOCK-DOWN.

- 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. Per l'**Attività in ambiente naturale** non è stato possibile effettuare l'uscita ai Casoni della Fogolana per le attività di mountain-bike e orienteering programmate per Maggio 2020. L'uscita sarà riproposta appena possibile. 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