

PROGRAMMA SVOLTO

CLASSE	3 BET
INDIRIZZO	ECONOMICO MARKETING
ANNO SCOLASTICO	2020/21
DISCIPLINA	SCIENZE MOTORIE
DOCENTE	BRAZZAROLA FEDERICA

PROGRAMMA SVOLTO NELLA CLASSE 3BET

Libro di testo adottato: In Movimento

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

COMPETENZE SVILUPPATE	NUCLEI TEMATICI FONDAMENTALI	CONTENUTI
MOVIMENTO	<p>Conoscere il nostro corpo e le sue modificazioni .</p> <p>Capacità coordinative e capacità condizionali</p>	<p>Es. di riscaldamento, test Motori qualità fisiche, Circuiti Percorsi. Es. di mobilità articolare Stretching ,es .di Coordinazione , andature atletiche. es individuali a corpo libero. DAD : assi piani ,terminologia .le Qualità motorie : Resistenza, Forza e Velocità.</p>
LINGUAGGIO DEL CORPO	<p>Percezione sensoriale ed espressività corporea.</p>	<p>Combinazione a corpo libero individuale.</p>
GIOCO E SPORT	<p>Giochi semistrutturati e presportivi.</p>	<p>Badminton. DAD: ripasso regole e fondamentali degli sport : Pallavolo ,Badminton, lavori di gruppo su uno sport a piacere</p>
SALUTE E BENESSERE	<p>Norme generali di igiene e di prevenzione .</p>	<p>Sistema scheletrico, e Postura. Le Dipendenze: Fumo e Alcol.</p>
		<p>Visione di Film a tema sportivo : Race e discussione.</p>

CONTRIBUTO DELLA MATERIA AL RAGGIUNGIMENTO DEGLI OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO PROPRI DELLA DISCIPLINA “EDUCAZIONE CIVICA”

TRAGUARDI/COMPETENZE	ARGOMENTI SVOLTI	CONTENUTI E MATERIALI ANALIZZATI
T.7: Prendere coscienza delle situazioni e delle forme di disagio giovanile ed adulto nella società contemporanea e comportarsi in modo da promuovere il benessere fisico, psicologico, morale e sociale	Dalle scienze motorie e sportive alla convivenza civile.	Libro di testo.

Piove di Sacco, 13 /06/2021

Il Docente Brazzarola Federica