

# PROGRAMMA SVOLTO

<b>CLASSE</b>	1AEM
<b>INDIRIZZO</b>	AMMINISTRAZIONE FINANZA E MARKETING
<b>ANNO SCOLASTICO</b>	2020-2021
<b>DISCIPLINA</b>	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
<b>DOCENTE</b>	BALDON ROSANGELA

## PROGRAMMA SVOLTO NELLA CLASSE 1AEM

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

**Altri materiali utilizzati:** *Le attrezzature presenti in palestra, la LIM, utilizzo delle piattaforme aule virtuali di Spaggiari e di Gsuite for education e Filmati da Youtube.*

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, POTENZIAMENTO FISIOLÓGICO, ESERCIZI DI COORDINAZIONE OCULO-MANUALE, CAPOVOLTA AVANTI, SEMPLICI ESERCIZI DI TENUTA CORPOREA. ESERCIZIO COMBINATO A CORPO LIBERO.</p> <p><b>DAD:</b> STUDIO DELL' APPARATO SCHELETRICO, DELL' APPARATO ARTICOLARE, PARAMORFISMI E DISMORFISMI, LA CAPACITÀ CONDIZIONALE: LA FLESSIBILITÀ'.</p>
<b>COMPETENZA: LINGUAGGIO DEL CORPO</b>	<b>PERCEZIONE SENSORIALE ESPRESSIVITÀ CORPOREA</b>	<p>LIBERA ESPRESSIONE DURANTE ALCUNE ATTIVITÀ' PRESPORTIVE INDIVIDUALI.</p> <p><b>DAD:</b> LE PARTI DEL CORPO, POSIZIONI FONDAMENTALI E ASSI E PIANI.</p>
<b>COMPETENZA: GIOCO-SPORT</b>	<b>GIOCO, GIOCO-SPORT E SPORT</b>	<p>GIOCHI: IL BADMINTON, ESERCITAZIONE E GIOCO 1C1.</p> <p><b>DAD:</b> GIOCHI SPORTIVI: LA STORIA, IL REGOLAMENTO, I FONDAMENTALI INDIVIDUALI E DI SQUADRA DELLA PALLAVOLO; LAVORO A COPPIE: SCELTA DI UNA DISCIPLINA SPORTIVA ED ESPOSIZIONE.</p> <p>VISIONE DI UN FILM SIGNIFICATIVO PER LO SPORT E DISCUSSIONE SUI VALORI ETICO/SOCIALI.</p>
<b>COMPETENZA: SALUTE E BENESSERE</b>	<b>PREVENZIONE, PRIMO SOCCORSO E CORRETTI STILI DI VITA NORME ANTI-COVID</b>	<p><b>DAD:</b> CONCETTO DI SALUTE. 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. CONOSCENZA E RISPETTO DEL REGOLAMENTO ANTI-COVID A SCUOLA E IN PALESTRA.</p>

## **OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO RELATIVI ALLA DISCIPLINA "EDUCAZIONE CIVICA"**

<b>COMPETENZE SVILUPPATE</b>	<b>ARGOMENTI SVOLTI</b>	<b>CONTENUTI E MATERIALI ANALIZZATI</b>
COMPETENZA: TRAGUARDO N°3 Essere consapevoli del valore delle regole della vita democratica anche attraverso l'approfondimento degli elementi fondamentali del diritto che la regolano.	La consapevolezza dell'importanza del rispetto delle regole, della convivenza civile, dell'accettazione dell'altro nell'attività motoria a scuola e nello sport. Approfondimenti sugli sport di squadra.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Libro di testo</li><li>• Visione di film a carattere sportivo che esprimono valori etico/sociali</li></ul>

Piove di Sacco, 05 giugno 2021

La Docente  
Rosangela Baldon