

PROGRAMMA SVOLTO

CLASSE	3AEI
INDIRIZZO	SISTEMI INFORMATIVI AZIENDALI
ANNO SCOLASTICO	2020/2021
DISCIPLINA	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
DOCENTE	BALDON ROSANGELA

PROGRAMMA SVOLTO NELLA CLASSE 3AEI

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
COMPETENZA: MOVIMENTO	CONOSCERE IL PROPRIO CORPO E LA SUA FUNZIONALITÀ COORDINAZIONE E SCHEMI MOTORI DI BASE.	<p>ESERCIZI DI RISCALDAMENTO. TEST MOTORI PER LE QUALITÀ FISICHE, ESERCIZI DI MOBILITÀ, STRETCHING, POTENZIAMENTO FISIOLÓGICO, ESERCIZI DI COORDINAZIONE OCULO-MANUALE E OCULO-PODALICA. SEMPLICI ESERCIZI DI TENUTA CORPOREA. ESERCIZIO COMBINATO A CORPO LIBERO</p> <p>DAD: STUDIO DELL' APPARATO SCHELETRICO E RESPIRATORIO; ANALISI DELLA FASE DI RISCALDAMENTO GENERALE E SPECIFICA DEGLI SPORT, LA TERMOREGOLAZIONE.</p>
COMPETENZA: LINGUAGGIO DEL CORPO	PERCEZIONE SENSORIALE ESPRESSIVITÀ CORPOREA	<p>LIBERA ESPRESSIONE DURANTE ALCUNI ESERCIZI A CORPO LIBERO CON LA MUSICA.</p> <p>DAD: POSIZIONI E MOVIMENTI DEL CORPO, ASSI E PIANI.</p>
COMPETENZA: GIOCO-SPORT	GIOCO, GIOCO-SPORT E SPORT	<p>GIOCHI: IL BADMINTON E IL TENNIS TAVOLO.</p> <p>DAD: LA STORIA, IL REGOLAMENTO, I FONDAMENTALI INDIVIDUALI E DI SQUADRA DELLA PALLAVOLO.</p> <p>VISIONE DI FILM SIGNIFICATIVI PER LO SPORT. LAVORO INDIVIDUALE: SPORT E RAZZISMO.</p>
COMPETENZA: SALUTE E BENESSERE	PREVENZIONE, PRIMO SOCCORSO E CORRETTI STILI DI VITA NORME ANTI-COVID	<p>DAD: CONCETTO DI SALUTE, AGENDA 2030: OBIETTIVO 3 E ART. 32 DELLA COSTITUZIONE I RISCHI DELLA SEDENTARIETA'. 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> <p>AGENDA 2030, OBIETTIVO 12.8, IL PROGETTO ESOSPORT: "CHE FINE FANNO LE SCARPE DA GINNASTICA".</p>

OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO RELATIVI ALLA DISCIPLINA "EDUCAZIONE CIVICA"

COMPETENZE SVILUPPATE	ARGOMENTI SVOLTI	CONTENUTI E MATERIALI ANALIZZATI
<p>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.</p>	<p>-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. ART. 21 Carta dei diritti fondamentali dell'UE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Libro di testo • Visione di film a carattere sportivo che esprimono valori etico/sociali • Lavori di gruppo in DAD • Ricerche guidate in internet (classe capovolta)
<p>COMPETENZA: TRAGUARDO N°8 Rispettare l'ambiente, curarlo, conservarlo, migliorarlo, assumendo il principio di responsabilità.</p>	<p>-Agenda 2030: obiettivo 3 e obiettivo 12.8 -Progetto Esosport</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lavori di gruppo in DAD • Ricerca in internet • L'Agenda 2030

Piove di Sacco, 05 giugno 2021

La Docente
Rosangela Baldon