

PROGRAMMA SVOLTO CLASSI 1-4[^]

CLASSE	3 ASA
INDIRIZZO	AGRARIO
ANNO SCOLASTICO	2020-2021
DISCIPLINA	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
DOCENTE	VIEL VANESSA

PROGRAMMA SVOLTO NELLA CLASSE 3 ASA

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

Altri materiali utilizzati: *Le attrezzature presenti in palestra, la LIM, Fotocopie predisposte dal docente, Power point, Filmati da You-tube e Netflix; utilizzo delle piattaforme aule virtuali di Spaggiari e di Gsuite for education per le lezioni durante la didattica a distanza.*

COMPETENZE SVILUPPATE	NUCLEI TEMATICI FONDAMENTALI	CONTENUTI
MOVIMENTO	Conoscere il nostro corpo e le sue modificazioni. Capacità coordinative e capacità condizionali	<ul style="list-style-type: none"> ● ESERCIZI DI RISCALDAMENTO, TEST MOTORI SULLE QUALITÀ FISICHE, ESERCIZI DI MOBILITÀ, STRETCHING, POTENZIAMENTO FISIOLÓGICO, ESERCIZI DI COORDINAZIONE OCULO-MANUALE E OCULO-PODALICA.
LINGUAGGIO DEL CORPO	Percezione sensoriale ed espressività corporea.	<ul style="list-style-type: none"> ● PROGRESSIONE DI ESERCIZI COMBINATI A CORPO LIBERO
GIOCO E SPORT	Giochi semistrutturati, presportivi e sportivi di squadra.	<ul style="list-style-type: none"> ● GIOCHI PROPEDEUTICI AI GIOCHI SPORTIVI: PALLAMANO ● REGOLAMENTI SPORT INDIVIDUALI E DI SQUADRA
SALUTE E BENESSERE	<p>Postura e prevenzione</p> <p>Salute e benessere</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● IL MOVIMENTO COME PREVENZIONE ● ANOMALIE POSTURALI RICORRENTI, PREVENZIONE ED ERGONOMIA DEL MOVIMENTO IN SITUAZIONE STATICA E DINAMICA ● COMPOSIZIONE CORPOREA, METABOLISMO E ANATOMIA TOPOGRAFICA MUSCOLARE; CUORE, PARAMETRI CARDIACI, PATOLOGIE CONNESSE ALLO STILE DI VITA

OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO RELATIVI ALLA DISCIPLINA "EDUCAZIONE CIVICA"

COMPETENZE SVILUPPATE	ARGOMENTI SVOLTI	CONTENUTI E MATERIALI ANALIZZATI
COMPETENZA: TRAGUARDO N°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	Resilienza: Pietro Trabucchi e la sua visione di resilienza, dal libro perseverare è umano. Esempi di resilienza nello sport individuale e di squadra, racconto di grandi imprese. Carta etica dello sport – concorso logo regione veneto	Libro perseverare è umano di Pietro Trabucchi, materiale video inerente al libro, ppt e materiale digitale prodotto dagli studenti sulle storie scelte. Carta etica dello sport Regione Veneto, risorse multimediali

Piove di Sacco, 05/06/2021

La Docente Viel Vanessa

I rappresentanti degli studenti

