

PROGRAMMA SVOLTO CLASSI 5[^]

CLASSE	5BSA
INDIRIZZO	SERVIZI PER L'AGRICOLTURA E LO SVILUPPO RURALE
ANNO SCOLASTICO	2020-2021
DISCIPLINA	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
DOCENTE	FERRI ILARIA

PROGRAMMA SVOLTO NELLA CLASSE 5 __BSA__

Libro di testo adottato: In Movimento (Fioni, Coretti, Bocchi, ed. Marietti Scuola)

Altri materiali utilizzati: LIM, Presentazioni Power Point, Filmati da You-tube e RAIPLAY; film (The Program); 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	Capacità motorie	<ul style="list-style-type: none"> • Esercizi di riscaldamento, mobilità e stretching; • Esercizi semplici di potenziamento;
GIOCO E SPORT	Pallavolo I valori etici dello Sport	<ul style="list-style-type: none"> • Il regolamento, i fondamentali individuali della Pallavolo; • Olimpiadi Moderne/Paralimpiadi; • Importanza del gioco di squadra; • Ricerca e approfondimento personale su atleti;
SALUTE E BENESSERE	Rispetto del regolamento anti-covid Alimentazione La Salute dinamica Il Doping	<ul style="list-style-type: none"> • Regole principali del comportamento anti-covid a scuola e in palestra • Approfondimenti su sana ed equilibrata alimentazione, alimentazione nello sport, considerazioni su alcuni modelli di dieta • L'importanza del movimento per stare in salute • Il Doping: cenni storici, le principali sostanze dopanti e gli effetti collaterali, comportamenti/pratiche scorrette • Doping e ciclismo: campioni illustri

Le competenze specifiche della disciplina SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE sono così declinate:

COMPETENZA 1: MOVIMENTO

COMPETENZA 2: GIOCO E SPORT

COMPETENZA 3: SALUTE E BENESSERE

OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO RELATIVI ALLA DISCIPLINA "EDUCAZIONE CIVICA"

COMPETENZE SVILUPPATE	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	I fattori sociali, individuali e sportivi che predispongono all'uso di sostanze dopanti; Le sostanze proibite: principi attivi ed effetti collaterali; Approfondimento su atleti che hanno fatto uso di doping.	<ul style="list-style-type: none">• Presentazioni PPT sul tema• Video di approfondimento su Raiplay• Video sulla storia di atleti

Piove di Sacco, 4/06/2021

La Docente *Ilaria Ferri*

Le rappresentanti degli studenti

CARON AMBRA

TASCHIN CHIARA