

PROGRAMMA SVOLTO CLASSI 5[^]

CLASSE	5AEI
INDIRIZZO	SISTEMI INFORMATIVI AZIENDALI
ANNO SCOLASTICO	2022/2023
DISCIPLINA	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
DOCENTE	BALDON ROSANGELA

PROGRAMMA SVOLTO NELLA CLASSE 5 AEM

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, Filmati da Youtube e RaiPlay

COMPETENZE SVILUPPATE	NODI CONCETTUALI FONDAMENTALI	CONTENUTI
MOVIMENTO	-Conoscere il nostro corpo e le sue modificazioni -Capacità condizionali e coordinative	<ul style="list-style-type: none"> • Esercizi di riscaldamento generale e specifico - Test motori sulle capacità motorie - Esercizi di mobilità - Stretching - Potenziamento fisiologico. • Esercizi di coordinazione oculo-manuale e oculo-podalica • Funicella: libera combinazione ideata dagli allievi.
LINGUAGGIO DEL CORPO	-Percezione sensoriale ed espressività corporea	<ul style="list-style-type: none"> • Brevi progressioni di esercizi a corpo libero • Acrosport a coppie e a tre.
GIOCO E SPORT	-Giochi presportivi -Giochi di squadra	<ul style="list-style-type: none"> • Giochi propedeutici ai giochi sportivi: Hit ball, Offball, FoBaSkill e Pallaguerra. • Fondamentali individuali, di squadra e partite di: pallavolo, basket, calcio a 5, badminton, tennis tavolo e roundnet. • Regolamenti. • Torneo d'Istituto di pallavolo, 3° posto.
SALUTE E BENESSERE	-Movimento e benessere psicofisico -Corretti stili di vita	<ul style="list-style-type: none"> • Il movimento come prevenzione, importanza del riscaldamento generale prima di ogni attività • Conoscenza e rispetto delle regole a scuola e in palestra • Il ruolo delle scienze motorie nella scuola e nella società

Le competenze specifiche della disciplina Scienze motorie e sportive sono così declinate:

COMPETENZA 1: MOVIMENTO

COMPETENZA 2: LINGUAGGIO DEL CORPO

COMPETENZA 3: GIOCO E SPORT

COMPETENZA 4: SALUTE E BENESSERE

OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO RELATIVI ALLA DISCIPLINA “EDUCAZIONE CIVICA”

COMPETENZE SVILUPPATE	ARGOMENTI SVOLTI	CONTENUTI E MATERIALI ANALIZZATI
T. 6: Cogliere la complessità dei problemi esistenziali, morali, politici, sociali, economici e scientifici e formulare risposte personali argomentate.	Il Doping: definizione e i principi del WADA.	<ul style="list-style-type: none">• Libro di testo• Visione video sul Doping nello sport e intervista ad Andreas Krieger.

Piove di Sacco, 06 giugno 2023

La Docente

I rappresentanti degli studenti