

PROGRAMMA SVOLTO

| | |
|------------------------|---------------------|
| CLASSE | 5 BEM |
| INDIRIZZO | ECONOMICO MARKETING |
| ANNO SCOLASTICO | 2023/24 |
| DISCIPLINA | SCIENZE MOTORIE |
| DOCENTE | BRAZZAROLA FEDERICA |

PROGRAMMA SVOLTO NELLA CLASSE 5 BEM

Libro di testo adottato: In Movimento

Altri materiali utilizzati *Video didattici e attrezzi presenti in palestra*

| COMPETENZE SVILUPPATE | NUCLEI TEMATICI FONDAMENTALI | CONTENUTI |
|-----------------------|---|--|
| MOVIMENTO | Conoscere il nostro corpo e le sue modificazioni . Capacità coordinative e capacità condizionali | Es. di riscaldamento , Test motori, es. a corpo libero individuale sul posto, percorsi di coordinazione con grandi attrezzi, uso di piccoli attrezzi : palla, Funicella., |
| LINGUAGGIO DEL CORPO | Percezione sensoriale ed espressività corporea. | Preparazione da parte degli allievi (esonerati) di una lezione di Potenziamento muscolare ed esercizi di Stretching, Combinazione a corpo libero, Acrosport : figure a 4/5 andature ginnastiche. |
| GIOCO E SPORT | Giochi semistrutturati e presportivi. | Pallacanestro : fondamentali e gioco, Pallavolo: fondamentali e gioco, Badminton, Pallaguerra, Hitball, Pallabase ,Roundnet |
| SALUTE E BENESSERE | I Pilastri della salute. | La Postura, L'Alimentazione , Apparato Muscolare, Il Doping |

**CONTRIBUTO DELLA MATERIA AL RAGGIUNGIMENTO DEGLI OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO PROPRI DELLA DISCIPLINA
“EDUCAZIONE CIVICA”**

| TRAGUARDI/COMPETENZE | ARGOMENTI SVOLTI | CONTENUTI E MATERIALI ANALIZZATI |
|---|-------------------------|---|
| T.6: Cogliere la complessità dei problemi esistenziali, morali, politici e sociali, economici e scientifici e formulare risposte personali argomentate. | Il Doping | Libro di testo e approfondimenti personali. |

Piove di Sacco, 19 /06/2024

Il Docente : Brazzarola Federica