



I.I.S. MARSANO

Tecnico e Professionale Agrario, Professionale Enogastronomico

via alla scuola di Agricoltura 9, 16167 Genova | tel. 010 3726193
mail: geis012004@istruzione.it | web: www.iismarsano.edu.it



PROGRAMMA FINALE

IIS "B. MARSANO"



PROFESSIONALE

DOCENTE: Tirota Davide	DISCIPLINA: Scienze motorie e sportive	CLASSE: 5 C (18 studenti)
OBIETTIVI CONSEGUITI (IN GRASSETTO SI RIPORTANO GLI OBIETTIVI MINIMI)		
OBIETTIVI: Acquisizione e affermazione di una personalità equilibrata e stabile Saper utilizzare le qualità fisiche e le funzioni neuromuscolari Consolidamento di una cultura motoria sportiva permanente CONOSCENZE: Conoscere gli aspetti essenziali della terminologia, regolamento e tecnica degli sport (compreso arbitraggio) Conoscere i principi per il mantenimento di un buono stato di salute e le principali tecniche di primo soccorso COMPETENZE E ABILITA': Eseguire esercizi o sequenze motorie con o senza attrezzi Riprodurre con fluidità i gesti tecnici delle varie attività affrontate Saper distinguere e allenare capacità condizionali specifiche Controllare la respirazione e il dispendio energetico durante lo sforzo Saper intervenire in caso di emergenza Adattarsi e organizzarsi nei giochi di movimento e sportivo, rispettando le regole e aiutando i compagni Assumere diversi ruoli anche quello di arbitraggio Essere in grado di autovalutarsi e valutare gli altri con obiettività		
TEMPISTICHE		
Ore annuali previste: 2 moduli settimanali (56 ore)		
PROGRAMMA EFFETTIVAMENTE SVOLTO ALLA DATA DI EMISSIONE DEL DOCUMENTO		
Esercizi: a carico naturale, di equilibrio in forma statica, dinamica e di volo, di rappresentazione delle proprie sensazioni ed emozioni attraverso il corpo Percorsi e circuiti (tabata, crosstraining)		

Attività sportive individuali e sportive di squadra (come atletica leggera, pallavolo, pallacanestro, pallamano, calcio a 5)

Attività di arbitraggio

Nomenclatura e terminologia del corpo nello spazio

Terminologia specifica dei movimenti essenziali

Regolamenti degli sport praticati

Fair play

EDUCAZIONE CIVICA

Ecosostenibilità nelle Olimpiadi e Paralimpiadi; Doping sportivo, doping di Stato.

LIBRO DI TESTO

Diario di scienze motorie e sportive - approfondimenti di teoria, regolamenti dei giochi sportivi, gesti arbitrali (non in adozione)

METODI E STRUMENTI

Lezione pratica (learning by doing), metodo globale e analitico

MODALITÀ DI VERIFICA E VALUTAZIONE

La valutazione ha tenuto conto sia delle sistematiche osservazioni dei processi d'apprendimento, sia della media dei risultati ottenuti nelle verifiche in itinere. Si sono considerati, inoltre, l'interesse, l'impegno, la partecipazione dimostrati sia nelle attività curriculari sia extracurriculari nonché il livello di partenza e i traguardi raggiunti in rapporto alle capacità personali.