

PROGRAMMA FINALE		IIS “B. MARSANO”  PROFESSIONALE	
DOCENTE: Tirotta Davide	DISCIPLINA: Scienze motorie e sportive	CLASSE: III D	
OBIETTIVI CONSEGUITI (IN GRASSETTO SI RIPORTANO GLI OBIETTIVI MINIMI) Obiettivi motori Ottimizzare e personalizzare le capacità motorie, saper organizzare autonomamente sedute di allenamento sport specifico Obiettivi cognitivi Conoscere e approfondire regolamento tecnico tattico degli sport Conoscere effetti allenamento su apparati Conoscere principi di alimentazione e doping Obiettivi relazionali Gestire situazioni competitive con autocontrollo Cooperare in modo positivo			

CONOSCENZE:

Conoscere gli aspetti essenziali della terminologia, regolamento e tecnica degli sport
Conoscere i fondamentali degli sport praticati

Conoscere i diversi ruoli e le caratteristiche per ricoprire i vari ruoli compreso l'arbitraggio

Conoscere i principi per il mantenimento di un buon stato di salute e le tecniche di primo soccorso

COMPETENZE e ABILITÀ:

Eseguire esercizi o sequenze motorie con o senza attrezzi

Riprodurre con fluidità i **gesti tecnici delle varie attività affrontate**

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

TEMPISTICHE

Ore annuali previste: 60 ore annuali moduli da 50 minuti, ovvero 2 ore settimanali (Scienze Motorie)
2 ore annuali da 50 minuti (Educazione civica)

PROGRAMMA EFFETTIVAMENTE SVOLTO ALLA DATA DI EMISSIONE DEL DOCUMENTO

- Esercizi: a carico naturale, di equilibrio in forma statica, dinamica e di volo
- Percorsi e circuiti
- Attività sportive individuali e sportive di squadra (come atletica leggera, pallavolo, pallacanestro, badminton, dodgeball, tennistavolo)
- Attività di arbitraggio
- Terminologia specifica dei movimenti essenziali
- Regolamenti degli sport praticati
- Fair play

EDUCAZIONE CIVICA:

Fair play

Doping: cause, effetti medio lungo termine, sostanze e agenzie di controllo. Visione documentario "Scandalo alla bay arena"

LIBRO DI TESTO: Attivi! Sport e sane abitudini (non acquistato, solo consigliato)

METODI E STRUMENTI: lezione pratica, metodo globale e analitico

MODALITÀ DI VERIFICA E VALUTAZIONE:

Osservazione durante l'attività, partecipazione e fair play

Test fisici valutando capacità motorie, disponibilità all'apprendimento, conoscenza delle caratteristiche degli sport praticati, attenzione e impegno