

PROGRAMMA FINALE		IIS “B. MARSANO” 	
DOCENTE: Cepollina Matilde	DISCIPLINA: Scienze motorie e sportive	CLASSE: V FT	
OBIETTIVI CONSEGUITI (IN GRASSETTO SI RIPORTANO GLI OBIETTIVI MINIMI)			
<u>CONOSCENZE:</u> 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			
<u>COMPETENZE e ABILITÀ:</u> Eeguire esercizi o sequenze motorie con o senza attrezzi Riprodurre con fluidità i gesti tecnici delle varie attività affrontate Allenare una capacità condizionale specifica 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			
TEMPISTICHE			
Ore annuali previste: 62 ore annuali, ovvero 2 ore settimanali			
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 - Attività sportive individuali e sportive di squadra (come atletica leggera, pallavolo, pallacanestro, pallamano, calcio a 5, dodgeball, sport di racchetta: badminton, tennis e tennistavolo) - Attività di arbitraggio - Nomenclatura e terminologia del corpo nello spazio - Terminologia specifica dei movimenti essenziali - Regolamenti degli sport praticati - Fair play			

EDUCAZIONE CIVICA:

sport e disabilità: la storia delle paralimpiadi

LIBRO DI TESTO (consigliato e non acquistato): Diario di scienze motorie e sportive – approfondimenti di teoria, regolamenti dei giochi sportivi, gesti arbitrali.

METODI E STRUMENTI: lezione pratica (learning by doing), 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