

RMTD67500X	Amministrazione, Finanza e Marketing - Sistemi Informativi Aziendali
RMTN8V500Q	Turismo
RMTL08500Q	Costruzioni, Ambiente e Territorio
RMTAPV5005	Agraria, Agroalimentare e Agroindustria
RMTFNG5000	Sistema Moda "Micol Fontana"
RMPSRP5006	Liceo Scientifico Sportivo Internazionale "Mario Grottanelli"

TAVOLA DI PROGRAMMAZIONE

ANNO SCOLASTICO 2020/2021

MATERIA:	SCIENZE MOTORIE	CLASSE	3^A
DOCENTE:	DE BONIS	INDIRIZZO*	AMMINISTRAZIONE FINANZA E MARKETING

*

<i>Moduli</i>	<i>Conoscenze</i>	<i>Competenze e capacità</i>	<i>Attività didattica</i>	<i>Strumenti</i>	<i>Tipologia verifiche</i>	<i>Tempi (ore)</i>
<i>Modulo 1</i>	Apparato digerente	Saper identificare e conoscere i diversi processi meccanici ed enzimatici che rendono possibile la trasformazione degli alimenti ingeriti in materiali più semplici	Lezioni frontali Approccio pluridisciplinare	Fotocopie di esercizi e test Supporti multimediali Schede d'analisi	Prove strutturate e semi-strutturate Questionari a risposta multipla ed aperta Prove pratiche sportive	6h
<i>Modulo 2</i>	Sistema nervoso	Saper identificare e conoscere l'organizzazione del sistema nervoso periferico e centrale, le funzioni dei neuroni e del cervello.	Lezioni frontali Approccio pluridisciplinare	Fotocopie di esercizi e test Supporti multimediali Schede d'analisi	Prove strutturate e semi-strutturate Questionari a risposta multipla ed aperta Prove pratiche sportive	6h

RMTD67500X *Amministrazione, Finanza e Marketing - Sistemi Informativi Aziendali*
RMTN8V500Q *Turismo*
RMTL08500Q *Costruzioni, Ambiente e Territorio*
RMTAPV5005 *Agraria, Agroalimentare e Agroindustria*
RMTFNG5000 *Sistema Moda "Micol Fontana"*
RMPSRP5006 *Liceo Scientifico Sportivo Internazionale "Mario Grottanelli"*

<i>Modulo 3</i>	Le capacità condizionali: allenamento specifico delle capacità fisiche	Definire le varie capacità fisiche(forza, velocità, resistenza, mobilità articolare) e delinearne l'allenamento specifico.	Lezioni frontali Approccio pluridisciplinare	Materiale didattico da campo	Prove strutturate e semi-strutturate Questionari a riposta multipla ed aperta Prove pratiche sportive	24h
<i>Modulo 4</i>	Sport di squadra: Pallamano. L'area di gioco, le regole di gioco, i fondamentali individuali	Le abilità tecniche necessarie per lo sport della pallamano. Il regolamento dello sport.	Lezioni frontali Approccio pluridisciplinare	Materiale didattico da campo	Prove pratiche sportive	22h
<i>Modulo 5</i>	CONI: AGENDA 2030	Conoscere i 17 obiettivi per lo sviluppo sostenibile individuati dai paesi membri dell'ONU	Lezioni frontali Approccio pluridisciplinare	Fotocopie di esercizi e test Supporti multimediali Schede d'analisi		8h
<i>A. Potenziamento delle capacità condizionali</i>	Conosce le capacità condizionali e le principali metodiche di allenamento	Dimostra un significativo miglioramento delle proprie capacità condizionali e le sa utilizzare in modo adeguato nei vari gesti sportivi. E' in grado di applicare le metodiche di incremento delle capacità condizionali	Lezione teorica Lezione pratica	Dispense e Attrezzatura scolastica	Orale e Pratico	

RMTD67500X *Amministrazione, Finanza e Marketing - Sistemi Informativi Aziendali*
RMTN8V500Q *Turismo*
RMTL08500Q *Costruzioni, Ambiente e Territorio*
RMTAPV5005 *Agraria, Agroalimentare e Agroindustria*
RMTFNG5000 *Sistema Moda "Micol Fontana"*
RMPSRP5006 *Liceo Scientifico Sportivo Internazionale "Mario Grottanelli"*

B. Sviluppo delle capacità coordinative	Conosce le capacità coordinative e i meccanismi di connessione tra sistema nervoso centrale e movimento	Utilizza le capacità coordinative in modo adeguato alle diverse esperienze e ai vari contenuti Tecnici. Individua i fattori che condizionano le capacità coordinative e li sa applicare per migliorarle	Lezione teorica Lezione pratica	Dispense e Attrezzatura scolastica	Orale e Pratico	
C. Conoscenza e pratica delle attività sportive	Conosce il regolamento tecnico di due giochi sportivi e di due discipline individuali	Esegue con padronanza i fondamentali individuali e di squadra dei giochi sportivi e i gesti tecnici delle discipline affrontate. Sa fare gioco di squadra. Individua gli errori di esecuzione e li sa correggere	Lezione teorica Lezione pratica	Dispense e Attrezzatura scolastica	Orale e Pratico	