

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	1^A
DOCENTE:	ROBERTO DE BONIS	INDIRIZZO*	TURISMO

*

Moduli	Conoscenze	Competenze e capacità	Attività didattica	Strumenti	Tipologia verifiche	Tempi (ore)
<i>Modulo 1</i>	L'apparato locomotore. Lo scheletro. Le ossa. Le articolazioni.	La conoscenza della struttura portante del corpo umano, nomenclatura delle parti che la compongono e loro funzionalità.	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"

Modulo 2	I muscoli. Tipologia dei muscoli. Le fibre muscolari.	La conoscenza degli organi che permettono il movimento dello scheletro.	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
Modulo 3	Schema corporeo e processi motori.	Utilizzo corretto dello schema corporeo in correlazione con l'immagine corporea ed i processi motori. Adeguata conoscenza ed uso degli assi e dei piani del corpo.	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
Modulo 4	Sport di squadra: Pallacanestro. L'area di gioco, le regole di gioco, i fondamentali individuali	Le abilità tecniche necessarie per lo sport della pallacanestro. Il regolamento dello sport.	Lezioni frontali Approccio pluridisciplinare	Materiale didattico da campo	Prove pratiche sportive	48h
Scienze motorie e sportive biennio	Coerentemente con quanto espresso, l'insegnamento delle scienze motorie si propone le seguenti finalità: <input type="checkbox"/> Favorire l'armonico sviluppo dell'adolescente agendo in forma privilegiata sull'area motoria della personalità,	Svolgere attività motorie adeguandosi ai diversi contesti ed esprimere le azioni attraverso la gestualità. Conoscere le potenzialità del movimento del proprio corpo, le posture corrette e le funzioni fisiologiche.	Attività ed esercizi a carico naturale. <input type="checkbox"/> Attività ed esercizi di opposizione e resistenza. <input type="checkbox"/> Attività ed esercizi di rilassamento, per il controllo	Materiale sportivo della scuola. Campi sportivi all'aperto Meeting room. Lezioni frontali con LIM.	La valutazione sommativa sarà rappresentata per il 40% dalle voci relative a partecipazione, impegno, capacità relazionali, comportamento e	

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"

	<p>tramite il miglioramento delle capacità fisiche e neuromuscolari.</p> <p><input type="checkbox"/> Rendere l'adolescente cosciente della propria corporeità, sia come disponibilità e padronanza motoria, sia come capacità relazionale, al fine di aiutarlo a superare le difficoltà e le contraddizioni tipiche dell'età.</p> <p><input type="checkbox"/> Facilitare l'acquisizione di una cultura delle scienze motorie che tenda a promuovere la pratica motoria come costume di vita e la coerente coscienza e conoscenza dei diversi significati che le attività motorio-sportive assumono nell'attuale società.</p>	<p>Riconoscere il ritmo delle azioni e la differenza tra il movimento funzionale ed espressivo. Elaborare risposte motorie efficaci e personali in situazioni semplici. Assumere posture corrette a carico naturale. Cogliere le differenze ritmiche in azioni motorie semplici. Conoscere il sistema delle capacità motorie che sottende la prestazione motoria e sportiva. Consapevolezza di una risposta motoria efficace ed economica. Gestire in modo autonomo la fase di avviamento in funzione dell'attività scelta. Conoscere gli aspetti essenziali della terminologia, regolamento e tecnica degli sport.</p> <p>Conoscere e praticare in modo essenziale e corretto i principali giochi sportivi e alcuni sport individuali.</p>	<p>segmentario ed intersegmentario, per il controllo della respirazione.</p> <p><input type="checkbox"/> Attività ed esercizi eseguiti in varietà di ampiezza, di ritmo, in situazioni spazio-temporali variate.</p> <p><input type="checkbox"/> Attività ed esercizi di equilibrio in situazioni dinamiche complesse ed in volo.</p> <p><input type="checkbox"/> Attività sportive e presportive di squadra: pallacanestro, pallavolo, calcio a 5, pallamano.</p> <p><input type="checkbox"/> Giochi di movimento polivalenti e giochi sportivi semplificati.</p> <p><input type="checkbox"/> Organizzazione di attività di arbitraggio degli sport</p>		<p>rispetto delle regole; Il restante 60% è dato dalla media delle verifiche disciplinari teoriche/pratiche riguardanti le conoscenze e le abilità con test specifici.</p>	
--	--	---	--	--	--	--

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"*

			individuali e di squadra. <input type="checkbox"/> Informazioni sulla teoria del movimento relative alle attività praticate.			
--	--	--	---	--	--	--