

Programmazione attività didattica – a.s. 2022/2023

Disciplina: Scienze Motorie

Docente: Maspero Marco

Classe: Seconda LA

<u>Obiettivi</u>	<u>Utilizzo corretto della terminologia fondamentale della materia;</u> <u>Conoscenza della struttura e del funzionamento del corpo umano;</u> <u>Conoscenza delle capacità coordinative e condizionali che regolano il movimento umano;</u> <u>Conoscenza dei traumi legati all'apparato muscolo scheletrico e principali norme di primo soccorso.</u> Prevenzione.
<u>Metodi</u>	<u>Lezioni teoriche in aula;</u> <u>Assegnazione di lavori individuali e/o di gruppo, da sviluppare in aula o a casa;</u> <u>Esercitazioni pratiche in palestra.</u>
<u>Strumenti</u>	<u>Dispense cartacee;</u> <u>Utilizzo di materiale sportivo specifico;</u> <u>Mezzi propri informatici.</u>
<u>Criteri di valutazione</u>	<u>Test scritti/orali in aula (2 a quadrimestre);</u> <u>Test Pratici (2 a quadrimestre).</u>

<u>PROGRAMMAZIONE</u> <u>ATTIVITA'</u>	<u>1^ QUADRIMESTRE</u>	<u>2^ QUADRIMESTRE</u>
---	------------------------	------------------------

<u>DIDATTICA</u>				
	<u>Sett/Ott./Nov.</u>	<u>Dic./Genn.</u>	<u>Febr./Marzo</u>	<u>Aprile/Maggio.</u>
	<u>Capacità coordinative</u> <u>CNV E LINGUAGGIO DEL CORPO</u> <u>Sport: atletica leggera</u>	<u>Capacità condizionali</u> <u>Sport:</u> (pallavolo e basket) <u>(teoria e pratica)</u>	<u>cenni di prevenzione e sicurezza</u> <u>Sport:</u> <u>BADMINTON</u> <u>(teoria)</u>	<u>Apparato cardio-circolatorio</u> <u>Sport:</u> <u>RUGBY</u> <u>(teoria / pratica)</u>