SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE a.s2019/2020

1.

2. DOCENTE Lucia Zanella

3. Classi del SECONDO BIENNIO e MONOENNIO corso A e corso D

N. MODULI DI LEZIONE PREVISTI: 66

RIPARTIZIONE ORARIA SETTIMANALE: 2

CONTENUTI UNITA' DIDATTICHE

- Da inizio anno scolastico al 10 novembre 2019: Test di ingresso e prep. Atletica di base.
- Da 11novembre 2019 al 20dicembre 2019: Fondamentali di gioco degli sport di squadra e per le classi quinte preparazione coreografie per spettacolo di Natale.
- Da 07gennaio2020 al 31marzo 2020: Schemi e tattiche di gioco degli sport di squadra. Percorsi misti.
- Da 1aprile 2020 a fine anno scolastico: Giochi sportivi tradizionali e non; per le classi quinte preparazione coreografie per spettacolo di fine anno.
- **Teoria**: Il corpo umano e i suoi apparati. La strutturazione dello schema corporeo. Le capacità condizionali e coordinative. Per le classi quinte corso di primo soccorso , BLS, BLSD.

COMPETENZE VALUTATE e MODALITÀ DI VERIFICA

Verifiche pratiche tendenti a monitorare l'incremento delle capacità e delle abilità motorie conseguite con l'attività in palestra. La valutazione verterà non solo sulle capacità specifiche ma anche sui progressi che ciascun alunno otterrà nel corso dell'anno scolastico e sull'impegno e la partecipazione dimostrati durante le ore di lezione.

SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE a.s2019/2020

1.

2. DOCENTE Lucia Zanella

3. Classi del PRIMO BIENNIO corso A e corso D

N. MODULI DI LEZIONE PREVISTI: 66

RIPARTIZIONE ORARIA SETTIMANALE: 2

CONTENUTI UNITA' DIDATTICHE

- Da inizio anno scolastico al 10 novembre 2019: Test di ingresso e prep. Atletica di base.
- Da 11novembre 2019 al 10dicembre 2019: Attività di avviamento alla pratica sportiva: **Pallavolo**: tecnica dei fondamentali di gioco (palleggio, bagher, battuta) e gioco di squadra.
- Da 11dicembre 2019 al 31gennaio 2020: Elementi di pre-acrobatica e percorsi misti.
- Da 1febbraio 2020 al 28febbraio2020: Attività di avviamento alla pratica sportiva: **Pallacanestro** fondamentali e gioco di squadra.
- Da 1marzo 2020 al 31marzo 2020: esercizi di ginnastica generale e potenziamento; due lezioni di **difesa personale**.
- Da 1aprile 2020 a fine anno scolastico: Giochi sportivi tradizionali e non; due lezioni di **Baseball**.
- **Teoria**: nomenclatura specifica. Il corpo umano: l'apparato scheletrico e le sue funzioni. L'importanza del movimento.

COMPETENZE VALUTATE e MODALITÀ DI VERIFICA

Verifiche pratiche tendenti a monitorare l'incremento delle capacità e delle abilità motorie conseguite con l'attività in palestra. La valutazione verterà non solo sulle capacità specifiche ma anche sui progressi che ciascun alunno otterrà nel corso dell'anno scolastico e sull'impegno e la partecipazione dimostrati durante le ore di lezione.