

I.T.C.S. "ERASMO DA ROTTERDAM"

Liceo Artistico indirizzo Grafica - Liceo delle Scienze Umane opz. Economico sociale
ITI Informatica e telecomunicazioni - ITI Costruzioni, ambiente e territorio
Via Varalli, 24 - 20021 BOLLATE (MI) Tel. 023506460/75 – Fax 0233300549
MITD450009 – C.F. 97068290150



UNIONE EUROPEA

FONDI
STRUTTURALI
EUROPEI

pon
2014-2020



MIUR

Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca
Dipartimento per la Programmazione
Direzione Generale per interventi in materia di edilizia
scolastica, per la gestione dei fondi strutturali per
l'istruzione e per l'innovazione digitale
Ufficio IV

PER LA SCUOLA - COMPETENZE E AMBIENTI PER L'APPRENDIMENTO (FSE-FESR)

PROGRAMMAZIONE PREVENTIVA (con Insegnante Tecnico Pratico)

Codice Mod. **RQ 10.3** Pag. 1 / 3

A.S.	2019/2020	DOCENTI	MALANGA, GINESTRINI, SCANNAPIECO, DATTOLO, ZITO, GAROFALO
DISCIPLINA	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE		
CLASSI	PRIME	INDIRIZZO	TUTTI

COMPETENZE

- PARTECIPARE ALL'ATTIVITÀ PROPOSTA DURANTE LE LEZIONI IN FORMA EFFICACE E CONTINUATIVA.
- AVER MEMORIZZATO GLI SCHEMI MOTORI APPRESI ED ESSERE IN GRADO DI APPLICARLI.
- CONOSCERE I PRINCIPI FONDAMENTALI E REGOLAMENTARI DELL'ATTIVITÀ SVOLTA.
- SFRUTTARE LE ATTITUDINI IN MODO ADEGUATO.
- AVERE UN COMPORTAMENTO CORRETTO ED ESSERE DISCIPLINATO.
- MIGLIORARSI NONOSTANTE GLI SCARSI PREREQUISITI.
- MANTENERE UN ATTEGGIAMENTO POSITIVO NEI CONFRONTI DI SÉ, DEGLI ALTRI E DELLE STRUTTURE.
- CONOSCERE ANCHE TEORICAMENTE GLI ARGOMENTI TRATTATI.
- PARTECIPARE ATTIVAMENTE ALLE LEZIONI (NUMERO DI ASSENZE E GIUSTIFICAZIONI); IMPEGNO, INTERESSE E COMPORTAMENTO.
- PARTECIPARE A CAMPIONATI, TORNEI E USCITE DIDATTICHE DI TIPO SPORTIVO.

MODULO	TITOLO DEL MODULO	Contenuti	Obiettivi disciplinari	Periodo
1	QUALITÀ FISICHE DI BASE	Attività ed esercizi di resistenza, mobilità, forza, velocità ed equilibrio	Permettere, attraverso l'utilizzo di esercizi e test, la scoperta delle proprie capacità, la migliore consapevolezza di sé e delle proprie condizioni	Settembre/Maggio
2	NUOTO	Sviluppo dell'acquaticità e riorganizzazione degli schemi motori. Apprendimento tecniche natatorie e di tuffo	Sviluppo armonico dell'adolescente e miglioramento delle qualità fisiche e neuro-muscolari attraverso l'utilizzo delle tecniche di nuoto e di tuffo	Settembre/Maggio
3	SPORT DI SQUADRA	Conoscenza dei fondamentali individuali e delle regole di gioco di: pallacanestro, pallavolo, calcio, calcetto, pallamano, baseball, softball, unihoc.	Conoscere e praticare regole e tecniche delle diverse discipline sportive. Sviluppare le capacità operative, sportive e relazionali	Settembre/Maggio
4	ATTIVITÀ E SPORT MINORI	Conoscenza dei fondamentali individuali e delle regole di gioco di attività sportive individuali e di squadra meno conosciute come: hitball, ultimate, tennis tavolo, badminton, goback, tamburello	Conoscere e praticare regole e tecniche delle diverse discipline sportive. Sviluppare le capacità operative, sportive e relazionali	Settembre/Maggio
5	GINNASTICA ARTISTICA	Attività ed esercizi a corpo libero e con attrezzi	Scoprire e migliorare capacità e attitudini personali e la percezione del proprio corpo nello spazio e nel tempo	Settembre/Maggio
6	TEORIA	Approfondimenti tecnico-teorici e socio-culturali dei giochi sportivi	Riconoscere oltre al gesto tecnico, le valenze socio-culturali dei giochi sportivi	SETTEMBRE/MAGGIO

Data 15 gennaio '20

Il coordinatore di materia

PROF. MALANGA RAFFAELE

Il Docente
