

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



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)

PROGRAMMA CONSUNTIVO	Codice Mod. <b>RQ 23.2</b> Pag. 1 / 2
----------------------	---------------------------------------

<b>A.S.</b>	2020 / 2021		
<b>DOCENTE</b>	ANGELA PIA GINESTRINI		
<b>DISCIPLINA</b>	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE		
<b>CLASSE</b>	2 I	<b>INDIRIZZO</b>	INFORMATICA E TELECOMUNICAZIONI

TITOLO DEL MODULO		Contenuti Svolti
1	QUALITÀ FISICHE DI BASE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ESERCITAZIONI PER IL MIGLIORAMENTO DELLA CONSAPEVOLEZZA DI SÈ</li> <li>- ESERCITAZIONI PER IL MIGLIORAMENTO DELLA RESISTENZA</li> <li>- ESERCITAZIONI PER IL MIGLIORAMENTO DELLA VELOCITÀ</li> <li>- ESERCITAZIONI PER IL MIGLIORAMENTO DELLA MOBILITÀ ARTICOLARE</li> </ul>
2	SVILUPPO DELLE CAPACITÀ COORDINATIVE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ESERCITAZIONI PER IL MIGLIORAMENTO DELLE CAPACITÀ COORDINATIVE</li> </ul>
3	GIOCHI PROPEDEUTICI AI GIOCHI SPORTIVI	GIOCHI PROPEDEUTICI AI GIOCHI SPORTIVI: <ul style="list-style-type: none"> <li>- PALLA PRIGIONIERA</li> <li>- PALLA RILANCIATA</li> </ul>
4	GIOCHI SPORTIVI	<ul style="list-style-type: none"> <li>- PALLAVOLO</li> <li>- PALLA TAMBURELLO</li> </ul>
5	TEORIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>LO STRETCHING.</b></li> <li>- <b>NOMENCLATURA E TERMINOLOGIA DEL CORPO NELLO SPAZIO</b> (CORPO, LINEE E PIANI, I PIANI DEL CORPO, TERMINI DI DIREZIONE).</li> <li>- <b>TERMINOLOGIA SPECIFICA DEI MOVIMENTI ESSENZIALI</b> (TERMINI DEI MOVIMENTI).</li> <li>- <b>LE COMPONENTI PASSIVE DELL'APPARATO LOCOMOTORE</b> (L'APPARATO SCHELETRICO, L'APPARATO ARTICOLARE).</li> <li>- <b>PARAMORFISMI E DISMORFISMI NELL'ETÀ SCOLARE</b> (IL PORTAMENTO RILASSATO, IPERCIFOSI E IPERLORDOSI, SCAPOLE ALATE, PIEDE PIATTO, GINOCCHIO VALGO E GINOCCHIO VARO, SCOLIOSI E ATTEGGIAMENTI SCOLIOTICI).</li> <li>- <b>IL MAL DI SCHIENA</b></li> <li>- <b>COMUNICARE CON IL CORPO:</b> IL LINGUAGGIO DEL CORPO ESPRIME LE NOSTRE EMOZIONI, I GESTI, IL LINGUAGGIO NON VERBALE NELLA COMUNICAZIONE (VICINANZA/LONTANANZA, LA POSTURA, LA VOCE, LA GESTUALITÀ E LO SGUARDO, LE ESPRESSIONI DEL VOLTO).</li> </ul>



- **LA PALLAVOLO:** CENNI STORICI, CARATTERISTICHE DEL GIOCO, LE REGOLE PRINCIPALI PER GIOCARE ED ARBITRARE, I FONDAMENTALI INDIVIDUALI, LE TATTICHE DI SQUADRA ED I RUOLI.
- **PALLA TAMBURELLO:** CENNI STORICI, ASPETTI REGOLAMENTARI, IL GIOCO E LE SUE REGOLE, TATTICA. FORME DIVERSE DI PALLA TAMBURELLO (INDOOR, TAMBEACH, TAMBURELLO A MURO, TAMBUMURO, TAMBUTENNIS, FUNNY TAMBEACH, LA PALLONCINA, LA PELOTA ITALIANA).

## STRUMENTI/SUSSIDI DIDATTICI

**PER LE LEZIONI SVOLTE IN PRESENZA** SONO STATE UTILIZZATE LE SEGUENTI MODALITÀ: LEZIONE FRONTALE, LEZIONE PARTECIPATA, DISCUSSIONE GUIDATA, PROBLEM SOLVING (METODO INDUTTIVO), ASSEGNAZIONE DI COMPITI (METODO DEDUTTIVO), LAVORO DI GRUPPO.

SUSSIDI DIDATTICI: LIBRO DI TESTO CONSIGLIATO "SULLO SPORT" DEL NISTA-PARKER-TASELLI CASA EDITRICE G. D'ANNA. STRUMENTI: PICCOLI E GRANDI ATTREZZI.

**PER LE LEZIONI SVOLTE IN DAD** SONO STATI UTILIZZATE VIDEO LEZIONI TRAMITE GOOGLE MEET TRAMITE LA PIATTAFORMA MOODLE PER INVIO E CONDIVISIONE DI MATERIALI, CONSEGNE, VERIFICHE, POWER POINT, VIDEO E RIFERIMENTI DESCRITTIVI ESTRATTI TRAMITE PAGINE WEB CORRELATE DAGLI ALUNNI.

VERIFICHE E VALUTAZIONI	NOTE
<p><b>LE VERIFICHE</b> SONO STATE PROPOSTE CICLICAMENTE SULLA BASE DELL'ATTIVITÀ SVOLTA PER PERMETTERE LA VALUTAZIONE DEL LIVELLO DI APPRENDIMENTO E CONSAPEVOLEZZA.</p> <p>SONO STATI ADOTTATI TEST PSICOMOTORI, PROVE STRUTTURATE E SPECIFICHE DELLE ATTIVITÀ SVOLTE ED ORGANIZZATE DAGLI ALUNNI.</p> <p>LE VERIFICHE SI SONO SVOLTE ATTRAVERSO LA PIATTAFORMA MOODLE CON L'INVIO DI ELABORATI SCRITTI SULLA BASE DELL'ARGOMENTO PROPOSTO DAL DOCENTE O DAGLI ALUNNI, INTERROGAZIONI E QUIZ PER LA VERIFICA DELL'APPRENDIMENTO DEGLI ARGOMENTI SVOLTI.</p> <p>LA DIDATTICA A DISTANZA HA PORTATO A UNA RIMODULAZIONE DELLA MODALITÀ DI FARE LEZIONE E CONSEGUENTEMENTE ANCHE DELLA MODALITÀ DI VALUTARE.</p> <p><b>LA VALUTAZIONE</b> SI È BASATA SU:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- LIVELLO DI PARTENZA</li> <li>- ATTEGGIAMENTO E RISPETTO DELLE REGOLE</li> <li>- FREQUENZA, PUNTUALITÀ, PARTECIPAZIONE</li> <li>- RISPETTO DELLE PERSONE, DELLE REGOLE E DELL'AMBIENTE SCOLASTICO</li> <li>- ORGANIZZAZIONE DEL LAVORO, CREATIVITÀ, ORIGINALITÀ</li> <li>- INTERESSE ED IMPEGNO</li> <li>- PRESENZA ATTIVA E PARTECIPATA AI MOMENTI COLLETTIVI</li> <li>- PUNTUALITÀ NELLA CONSEGNA DI COMPITI, ESERCIZI O ELABORATI RICHIESTI DAL DOCENTE</li> <li>- DISPONIBILITÀ A COLLABORARE CON I COMPAGNI (CAPACITÀ RELAZIONALI)</li> <li>- CAPACITÀ DI LAVORARE CON CONTINUITÀ MA ANCHE IN AUTONOMIA</li> <li>- LIVELLO DELLA CONOSCENZA DELLE CAPACITÀ RAGGIUNTE</li> <li>- ESITO DI TEST/PRESENTAZIONI SCRITTE O ORALI PROPOSTE DAL DOCENTE.</li> </ul> <p>ALTRO ELEMENTO UTILE PRESO IN CONSIDERAZIONE PER LA VALUTAZIONE È STATO IL CONTROLLO DELLA PARTECIPAZIONE ALLE ATTIVITÀ PROPOSTE TRAMITE PIATTAFORMA E REGISTRO ELETTRONICO.</p>	<p>NEL CORSO DELL'ANNO SCOLASTICO SONO STATI RIMODULATI GLI OBIETTIVI ED I CONTENUTI SULLA BASE DELLE POSSIBILITÀ DI INTERVENTO.</p> <p><b>ATTIVITÀ DI RECUPERO</b></p> <p>AGLI ALUNNI SONO STATE SEMPRE FORNITE POSSIBILITÀ DI RECUPERO PER MIGLIORARE LE VALUTAZIONI NON SODDISFACENTI O NEGATIVE TRAMITE ULTERIORI PROVE PRATICHE IN ITINERE, PROVE ORALI O SCRITTE ANCHE MEDIANTE CONCESSIONE DI PROROGHE RISPETTO ALLA SCADENZA.</p>