

# ITT – LSSA COPERNICO” – Barcellona P.G.

PROGRAMMA / PERCORSO DIDATTICO SVOLTO DI Scienze Motorie e

Sportive.....

(disciplina)

Classe e indirizzo di studio \_5^A/I\_\_\_\_\_ a. s.2023-24

DOCENTE/I: \_Scimone Salvatore\_\_\_\_\_

LIBRO/I DI TESTO: \_Piùchesportivo- Del Nesta-Parker-Tasselli- Casa Editrice:

D’Anna. \_\_\_\_\_

<b>MODULI:</b> (inserire il titolo dei moduli e l’elenco degli argomenti/ Unità Didattiche svolti per ciascun modulo)	<b>ESPERIENZE, SNODI CONCETTUALI, METODOLOGIE, PROGETTI:</b> (eventuale colonna, per evidenziare i processi di apprendimento delle competenze)
<b>Modulo propedeutico: Educazione e sport</b>	
<p><b>Modulo N° 1-Settembre-Ottobre- Apprendere le parti della struttura scheletrica del corpo umano e gli eventuali dismorfismi riconoscendo il valore correttivo dello sport-UD1- tennistavolo: esercitazione, mobilità articolare a livello del polso-UD2-il cranio, la gabbia toracica, la colonna vertebrale: una struttura in movimento-UD3-gli arti superiori e inferiori- cartilagine- ipercifosi o dorso curvo- iperlordosi- scoliosi-UD4- lo sport come strumento educativo.- il gioco.</b></p> <p><b>Modulo N2-Mese di Novembre-Conosciamo il nostro apparato locomotore anche mediante il gioco-UD1-tennistavolo-uno contro uno-partita-UD2-i tre tipi di fibre muscolari-manteniamo in forma i nostri muscoli.</b></p> <p><b>Modulo N3-Mese Dicembre- Conoscenza del trasporto del sangue e gli effetti dell’ attività motoria sull’app. cardiocircolatorio-UD1- il sistema di trasporto del sangue, le componenti del sangue e i loro valori- globuli rossi, bianchi,piastrine, plasma-UD2- la pressione sanguigna- la milza-UD3-ischemia, infarto, aritmie-UD4-Tennistavolo-servizio, rinvio- turni di battut- cambio campo-UD4-tennistavolo: non solo tecnica.</b></p> <p><b>Modulo N4-Mese Gennaio- Recupero/ potenziamento degli argomenti trattati-UD1- recupero argomenti: il gioco e gli effetti benefici che esso comporta a livello cardiocircolatorio-</b></p>	

<p><b>UD2-Tennistavolo, esercitazioni-UD3-tennistavolo: diritto e rovescio-UD4- fondamentali individuali tennistavolo.</b></p> <p><b>Modulo N5-Mese Febbraio-Alimentazione e sport per una crescita più sana-UD2-alimentazione e salute-il doping-UD3-Tennistavolo: esercitazioni.</b></p> <p><b>Modulo N6-Mese Marzo- Proteggersi dalle dipendenze pi diffuse grazie alla pratica dell' attività motoria-UD1- le dipendenze più diffuse tra i giovani: fumo e alcol- i danni del fumo- fumo e alcol nemici dello sport- effetti dell'alcol e del fumo-esercitazioni tennistavolo-UD3-prova l' impugnatura classica e quella a penna-partita-regole.</b></p> <p><b>Modulo N7-Aprile/Maggio- Gli sport individuali e di squadra-UD1-tennistavolo: conoscenza/applicazione delle regole-fondamentali-UD2-sport:tennistavolo: inizio dell'incontro- battuta , o servizio- come colpire la pallina- regole del tennistavolo-rispetto dei compagni di gioco-lealtà sportiva-fair play-partita-UD3-atletica leggera: gare di corsa-marcia-salti-lanci-prove multiple-UD4-tennistavolo:coniugare lealtà e fair play-UD5-pallavolo: le regole principali per giocare e arbitrare- le infrazioni- i fondamentali individuali: battuta,bagher,palleggio,schiacciata-muro-i ruoli-pallacanestro:il gioco-le regole principali per giocare e arbitrare- i falli- le infrazioni- i fondamentali individuali: palleggio, ricezione, presa,tiro,passaggio.</b></p>	
<p><b>Modulo di Educazione Civica ”</b> (elencare gli argomenti/attività svolte)Data:10-10-2023-ore 1- l' importanza del movimento nell' ingegneria biomedica; data:23-11-2023-ore 1- diritti e doveri degli studenti e delle studentesse; data:21-03-2024- ore 1- conoscere il nostro ambiente (tutela del clima).</p>	
<p><b>Esercitazioni tecnico- pratiche</b> (solo per le discipline per le quali è prevista la figura dell'ITP)</p>	

*Il docente della disciplina*

*I docenti della disciplina*

*Prof./Prof.ssa Scimone Salvatore.....*

Firma autografa sostituita a mezzo stampa ai sensi  
dell'art.3 del D.Lgs.n.39/93

*(dicitura da togliere per la copia da*

*firmare)*

Il programma viene notificato agli allievi mediante pubblicazione su Bachecca RE Argo.