

ITT – LSSA COPERNICO” – Barcellona P.G.

PROGRAMMA / PERCORSO DIDATTICO SVOLTO DI Scienze Motorie e

Sportive.....

(disciplina)

Classe e indirizzo di studio 5^B/I a. s. 2023-
2024

DOCENTE/I: Scimone Salvatore

LIBRO/I DI TESTO: Piùchesportivo- Del Nista- Parker-Tasselli-Casa editrice: D'Anna.

MODULI: (inserire il titolo dei moduli e l'elenco degli argomenti/ Unità Didattiche svolti per ciascun modulo)	ESPERIENZE, SNODI CONCETTUALI, METODOLOGIE, PROGETTI: (eventuale colonna, per evidenziare i processi di apprendimento delle competenze)
Modulo propedeutico- Educazione e sport	
<p>Modulo N° 1“...” Settembre-Ottobre- Apprendere le parti della struttura scheletrica del corpo umano e gli eventuali dismorfismi di essa riconoscendo il valor correttivo dello sport-UD1- Tennistavolo: esercitazioni-UD2-il cranio, la gabbia toracica, la colonna vertebrale: una struttura in movimento-UD3-gli arti superiori e inferiori-cartilagine-iperficiosi o dorso curvo-iperlordosi-scoliosi-UD5- Lo sport come strumento educativo- il gioco.</p> <p>Modulo N2- Novembre- Conosciamo il nostro apparato locomotore anche mediante il gioco- UD1- Tennistavolo- 1 contro 1- Partita- UD2- I tre tipi di fibre muscolari-manteniamo in forma i nostri muscoli : riscaldamento.</p> <p>Modulo N3- Dicembre- Conoscenza del sistema del trasporto del sangue, le componenti 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, piastrina, plasma-UD2- la pressione sanguigna- la milza-UD3-ischemia, infarto,aritmie-UD4- tennistavolo-servizio, rinvio, turni di battuta, cambio campo- UD5- Tennistavolo: non solo tecnica.</p> <p>Modulo N4- Gennaio- Recupero/potenziamento degli argomenti trattati-UD1- il gioco e gli effetti benefici che esso comporta a livello cardiacircolatorio-UD2-Tennistavolo: esercitazioni-</p>	

<p>UD3- tennistavolo: fondamentali. Modulo N5- Febbraio- Alimentazione e sport per una crescita più sana-UD1- Alimentazione sana-UD2-Alimentazione e salute-doping-UD3- Tennistavolo: esercitazioni. Modulo N6-Marzo- Proteggersi dalle dipendenze più 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-UD2-Esercitazioni tennistavolo-UD3- Provare l' impugnatura classica e l' impugnatura a penna-partita. Modulo N7. Aprile/Maggio- Gli sport individuali e di squadra-UD1-conoscenza/applicazione delle regole-fondamentali-UD2-Sport: tennistavolo: inizio dell' incontro- battuta- 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, o servizio,bagher,palleggio, schiacciata-muro,i ruoli-UD6-Pallacanestro: il gioco- le regole principali per giocare e arbitrare- i falli- le infrazioni- i fondamentali individuali: palleggio, ricezione, presa, tiro, passaggio.</p>	
<p>Modulo di Educazione Civica ” (elencare gli argomenti/attività svolte) Data:10-10-2023-ore:1- l' importanza del movimento nell' ingegneria biomedica; data. 08-11-2023-ore : 1- Gli Organismi Internazionali; data:28-02-2024-ore 1-Conoscere il nostro ambiente (tutela del clima)</p>	
<p>Esercitazioni tecnico- pratiche (solo per le discipline per le quali è prevista la figura dell'ITP)</p>	

Il docente della disciplina

I docenti della disciplina

Prof./Prof.ssScimone

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.