

PIANO ANNUALE di
PROGRAMMAZIONE PREVENTIVA

ANNO SCOLASTICO 2020/2021

PROF.	DOCENTE DI	NELLA CLASSE	INDIRIZZO	ORE SETTIM.
CARLA PERSELLI	Scienze motorie e sportive	1 D	Chimica e biotecnologie	2

FINALITA', OBIETTIVI FORMATIVI E DI APPRENDIMENTO

<ol style="list-style-type: none">1. Potenziamento qualità motorie di base (forza, velocità, resistenza, mobilità e coordinazione)2. Miglioramento della tecnica sportiva specifica3. Conoscenza dei principali giochi di squadra e relativa tecnica e tattica4. Acquisizione di una terminologia specifica5. Conoscenza del proprio corpo e degli schemi motori.	<ol style="list-style-type: none">1. Miglioramento della socializzazione e cooperazione2. Rispetto delle regole e delle strutture3. Rispetto degli insegnanti, dei compagni4. Acquisizione di un corretto atteggiamento sportivo5. Coscienza delle proprie capacità e limiti6. Capacità di trasferire nella realtà quotidiana le capacità motorie apprese in vari ambiti7. Miglioramento della propria salute intesa come benessere psicofisico
---	---

SCHEDA RIASSUNTIVA DI PROGRAMMAZIONE PREVENTIVA

DEL PROF.		DOCENTE DI		NELLA CLASSE	INDIRIZZO		ORE SETTIM.
CARLA PERSELLI		Scienze motorie e sportive		1 D	Chimica e biotecnologie		2
BLOCCHI TEMATICI O UNITA' DIDATTICHE	CONTENUTI		OBIETTIVI SPECIFICI RELATIVI	SCELTE METODOLOGICHE	TEMPI	COLLEGAMENTI INTERDISCIPLI- NARI	TIPOLOGIA DI VERIFICA
1. Preparazione atletica generale e condizionam. psico-fisico	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Corsa di resistenza: in palestra e all'aperto utilizzando le strutture sportive "Talvera", le passeggiate "Talvera" e di S.Osvaldo, ❑ Orienteering ❑ Stretching, andature preatletiche, potenziamento (in palestra pesi e/o con piccoli e grandi attrezzi) ❑ "Circuit training" per la coordinazione, destrezza, equilibrio, velocità, resistenza. 		<ul style="list-style-type: none"> ❑ Potenziamento qualità motorie di base (forza, velocità, resistenza, mobilità, coordinazione) 	Lezione frontale con metodo globale e analitico. Correzioni individualizzate e generali. Lezione con gruppi di lavoro per interesse e/o argomento, a rotazione.	<ul style="list-style-type: none"> ❑ 15/ 50 min. per lezione ❑ 6 lez.circa sul lavoro di resistenza 		<ul style="list-style-type: none"> ❑ 50% della valutazione: Test d'ingresso-Osservazioni dirette-Prove multiple-cronometrate o misurate.test ❑ 50% della valutazione: partecipazione, impegno, collaborazione nella lezione, assiduità della frequenza e motivazione alle eventuali giustificazioni.
2. Sport individuali	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Atletica leggera ❑ Attrezzistica e acrobatica 		<ul style="list-style-type: none"> ❑ Conoscenza e miglioramento dei gesti tecnici specifici 		<ul style="list-style-type: none"> ❑ 20/70min in 8 lez. 		
3. Giochi di squadra	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Basket, volley, calcio, floorball,ultimate, badminton,tennis ❑ Giochi con regole semplificate 		<ul style="list-style-type: none"> ❑ Conoscenza fond. indiv. e di squadra ❑ Orientamento spazio-temporale 		<ul style="list-style-type: none"> ❑ 20/70 min. in 16 lezioni circa 		

BLOCCHI TEMATICI O UNITA' DIDATTICHE	CONTENUTI	OBIETTIVI SPECIFICI RELATIVI	TEMPI	COLLEGAMENTI INTER- DISCIPLINARI	TIPOLOGIA DI VERIFICA
<p>4. Attività sportive in ambiente naturale</p> <p>5. DAD/DDI</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Cicloturismo: circuiti su breve o lunga distanza, sulle ciclabili provinciali ❑ pattinaggio su ghiaccio presso il campo del VKE ❑ escursioni in alta montagna e/o sulla neve ❑ WORKOUT in diretta in video lezione con la classe ❑ Link di riferimento per esercitarsi in workout a casa ❑ Primo soccorso-Erste Hilfe Dal sito della Weißes Kreuz di Bz,in lingua tedesca 	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Favorire, attraverso lo sport, il contatto con la natura circostante, conoscendo e apprezzando il territorio in cui viviamo. ❑ Svolgere insieme ai ragazzi eserc.di riscaldamento, potenziamento e stretching, proposti anche da loro stessi. ❑ Portare i ragazzi ad una maggiore autonomia nella preparazione sportiva generale e favorire la consapevolezza della proprio benessere psicofisico. ❑ Apprendere tramite video animazioni le nozioni base di primo soccorso, in situazioni di emergenza quali traumi, lesioni, fratture, distorsioni, ustioni, ferite. Rianimazione cardiopolmonare (BLS e RCP) 	<ul style="list-style-type: none"> ❑ 4 unità didattiche circa In caso di chiusura della scuola per emergenza da Covid19 	<p>Potenziamento L2, acquisizione di terminologia specifica in tedesco</p>	<p>Partecipaz.</p> <p>Modalità di partecipaz. alla DAD, presenza e interventi nelle videolez. , validità esercizi proposti.</p>