

PIANO ANNUALE di
PROGRAMMAZIONE PREVENTIVA

ANNO SCOLASTICO 2020/2021

PROF.	DOCENTE DI	NELLA CLASSE	INDIRIZZO	ORE SETTIM.
CARLA PERELLI	Scienze motorie e sportive	5 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		5	Chimica e biotecnologie		2
BLOCCHI TEMATICI O UNITA' DIDATTICHE	CONTENUTI	OBIETTIVI SPECIFICI RELATIVI	SCELTE METODOLOGICHE	TEMPI	COLLEGAMENTI INTERDISCIPLI- NARI	TIPOLOGIA DI VERIFICA	
<p>1. Preparazione atletica generale e condizionam. psico-fisico</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Corsa di resistenza: in palestra e all'aperto utilizzando le strutture sportive "Talvera", le passeggiate "Talvera" e di S.Osvaldo, <input type="checkbox"/> Orienteering <input type="checkbox"/> Stretching, andature preatletiche, potenziamento (in palestra pesi e/o con piccoli e grandi attrezzi) <input type="checkbox"/> "Circuit training" per la coordinazione, destrezza, equilibrio, velocità, resistenza. 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Potenziamento qualità motorie di base (forza, velocità, resistenza, mobilità, coordinazione) 	<p>Lezione frontale con metodo globale e analitico. Correzioni individualizzate e generali. Lezione con gruppi di lavoro per interesse e/o argomento, a rotazione.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 15/ 50 min. per lezione <input type="checkbox"/> 6 lez.circa sul lavoro di resistenza 		<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 50% della valutazione: Test d'ingresso-Osservazioni dirette-Prove multiple-cronometrate o misurate.test <input type="checkbox"/> 50% della valutazione: partecipazione, impegno, collaborazione nella lezione, assiduità della frequenza e motivazione alle eventuali giustificazioni. 	
<p>2. Sport individuali</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Atletica leggera <input type="checkbox"/> Attrezzistica e acrobatica <input type="checkbox"/> Nuoto 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Conoscenza e miglioramento dei gesti tecnici specifici 		<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 20/70min in 8 lez. <input type="checkbox"/> 4 lez.di nuoto 			
<p>3. Giochi di squadra</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Basket, volley, calcio, floorball,ultimate, badminton,tennis <input type="checkbox"/> Giochi con regole semplificate 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Conoscenza fond. indiv. e di squadra <input type="checkbox"/> Orientamento spazio-temporale 		<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 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>	<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 	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Favorire, attraverso lo sport, il contatto con la natura circostante, conoscendo e apprezzando il territorio in cui viviamo. 	<ul style="list-style-type: none"> ❑ 4 unità didattiche circa 		<p>Partecipaz.</p>
<p>5. DAD/DDI</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❑ WORKOUT in diretta in video lezione con la classe ❑ Link di riferimento per esercitarsi in workout a casa ❑ Primo soccorso-Erste Hilfe <u>dal sito della Weißes Kreuz di Bz, in lingua tedesca/o in presenza con istruttori Croce Rossa/Bianca</u> 	<ul style="list-style-type: none"> ❑ 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 <u>tramite video animazioni / o in presenza con istruttori Croce Rossa/Bianca</u> le nozioni base di primo soccorso, in situazioni di emergenza quali traumi, lesioni, fratture, distorsioni, ustioni, ferite. Rianimazione cardiopolmonare (BLS e RCP), uso del defibrillatore 	<p>In caso di chiusura della scuola per emergenza da Covid19</p> <p>Le modalità di svolgimento, in DAD o in presenza, saranno decise secondo la normativa del momento</p>	<p>Potenziamento L2, acquisizione di terminologia specifica in tedesco</p>	<p>Modalità di partecipaz. alla DAD, presenza e interventi nelle videolez. , validità esercizi proposti.</p>