

## SCHEDA DI PROGRAMMAZIONE PREVENTIVA - ANNO SCOLASTICO 2021/22

Disciplina: **Scienze Motorie e Sportive**

Prof. **Mattia Todaro**

Unità didattica o modulo	Argomenti e contenuti	Tempi	Competenze	Metodologia didattica	Valutazione verifiche
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacità condizionali</li> <li>• Capacità coordinative</li> <li>• Sport di squadra</li> <li>• Sport individuali</li> <li>• Salute e benessere</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Resistenza</li> <li>• Forza</li> <li>• Rapidità e Velocità</li> <li>• Mobilità articolare</li> <li>• Coordinazione</li> <li>• Giochi tradizionali</li> <li>• Giochi adattati</li> <li>• Ultimate Frisbee</li> <li>• Dodgeball</li> <li>• Calcio e calcio a 5</li> <li>• Pallavolo</li> <li>• Pallacanestro</li> <li>• Badminton</li> <li>• Tennistavolo</li> <li>• Floorball</li> <li>• Spikeball</li> <li>• Atletica leggera</li> </ul>	<p>Lo svolgimento e il completamento delle unità didattiche o moduli avranno una cadenza variabile (mensile-bimestrale)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Potenziamento delle capacità condizionali</li> <li>• Sviluppo delle capacità coordinative</li> <li>• Conoscenza dei fondamentali tecnici e del regolamento degli sport di squadra e individuali</li> <li>• Padronanza e utilizzo di applicazioni o software per il monitoraggio dell'attività fisica</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lezioni pratiche</li> <li>• Esercitazioni individuali, di coppia e di gruppo</li> <li>• Didattica digitale integrata</li> <li>• Applicazioni, software e strumenti per il monitoraggio dell'attività fisica (GPS, App., cardiofrequenzimetro, ecc...)</li> </ul>	<p>Si terrà conto dei risultati ottenuti nei test di valutazione delle capacità motorie; dei progressi effettivamente raggiunti in base alle capacità potenziali e ai livelli di partenza; della partecipazione, dell'impegno e dell'interesse dimostrati durante le lezioni. Le eventuali giustificazioni dalle lezioni pratiche, se non motivate da certificato medico, incideranno negativamente sulla valutazione.</p>

Bolzano, 09.10.2021

IL DOCENTE

*Mattia Todaro*