

PROGRAMMAZIONE DIDATTICA									
"Scienze Motorie e Sportive"									
CLASSE 2U - ANNO SCOLASTICO 2021/2022									
DOCENTE Dallago Sandro									
CONTENUTI			METODOLOGIE DIDATTICHE IN PRESENZA					INTERDISCIPLINARIETÀ	
MODULI	UNITÀ DIDATTICHE	CONOSCENZE / ABILITÀ COMPETENZE	METODI	MEZZI	SPAZI	TEMPI	VERIFICHE	MATERIE	CONTENUTI
BASKET	INDIVIDUALI DIFENSIVI	Conoscenza della regolamentazione specifica. Essere in grado di svolgere il proprio compito difensivo e d'attacco in una situazione di gioco e relazionarsi al resto della squadra nelle situazioni mutevoli di gioco.	ESERCITAZIONI PROPEDEUTICHE	Attrezzatura specifica	PALESTRA	6	VERIFICA PRATICA	SCIENZE DELLA TERRA FISICA	Grandezze, scala misure, proporzioni, curve e di livello, morfologia terreno
	INDIVIDUALI D'ATTACCO								
	REGOLAMENTAZIONE SPECIFICA								
	TATTICA DI GIOCO								
PALLAVOLO	INDIVIDUALI DIFENSIVI	Conoscenza della regolamentazione specifica. Essere in grado di svolgere il proprio compito difensivo e d'attacco in una situazione di gioco e relazionarsi al resto della squadra nelle situazioni mutevoli di gioco.	ESERCITAZIONI PROPEDEUTICHE	Attrezzatura specifica	PALESTRA	4	VERIFICA PRATICA	SCIENZE DELLA TERRA FISICA	Grandezze, scala misure, proporzioni, curve e di livello, morfologia terreno
	INDIVIDUALI D'ATTACCO								
	REGOLAMENTAZIONE SPECIFICA								
	TATTICA DI GIOCO								
BASEBALL	INDIVIDUALI DIFENSIVI	Conoscenza della regolamentazione specifica. Essere in grado di svolgere il proprio compito difensivo e d'attacco in una situazione di gioco e	ESERCITAZIONI PROPEDEUTICHE	Attrezzatura specifica	PALESTRA CAMPO DI BASEBALL	6	VERIFICA PRATICA		
	INDIVIDUALI D'ATTACCO								
	REGOLAMENTAZIONE SPECIFICA								

	TATTICA DI GIOCO	relazionarsi al resto della squadra nelle situazioni mutevoli di gioco.								
RESISTENZA AEROBICA	TEST DI CORSA	Conoscenza degli aspetti fisici e fisiologici legati alla corsa a carattere aerobico. Essere in grado di aumentare la propria capacità aerobica riconoscendo il proprio limite fisiologico.	Esercitazioni propedeutiche e giochi di movimento.	Uscite nel territorio. PALESTRA	Complesso Scolastico, Parco Petrarca	12	VERIFICA PRATICA			
	GIOCHI DI MOVIMENTO									
	CIRCUITI ESTENSIVI									
	CIRCUIT TRAINING									
	CORSA INTERVALLATA e LUNGA									
FLOORBALL	INDIVIDUALI DIFENSIVI	Conoscenza della regolamentazione specifica. Essere in grado di svolgere il proprio compito difensivo e d'attacco in una situazione di gioco e relazionarsi al resto della squadra nelle situazioni mutevoli di gioco.	ESERCITAZIONI PROPEDEUTICHE	Attrezzatura specifica	PALESTRA	8	VERIFICA PRATICA			
	INDIVIDUALI D'ATTACCO									
	REGOLAMENTAZIONE SPECIFICA									
	TATTICA DI GIOCO									
NUOTO	TECNICA DEL CRAWL	Conoscenza dei principi della fisica applicata alla tecnica della nuotata a Crawl. Saper applicare la tecnica alla propria nuotata. Trasformare efficacemente nel pratico le conoscenze acquisite.	ESERCITAZIONI PROPEDEUTICHE	Attrezzatura specifica	PISCINA SCOLASTICA	8	VERIFICA PRATICA	FISICA	idrodinamica	
	ACQUATICITA'									
	APNEA									
	TUFFI E GARE									
PRE ACROBATICA	CAPOVOLTE	Conoscenza delle tecniche elementari di esecuzione dei movimenti elementari della pre-acrobatica	ESERCITAZIONI PROPEDEUTICHE	Attrezzatura specifica	PALESTRA	14	VERIFICA PRATICA			
	VERTICALI									
	RIBALTATI									
	GRANDI ATTREZZI									
BOLZANO 14 GIUGNO 2022 L'insegnante: prof. Sandro Dallago Gli studenti:						54				