

PROGRAMMAZIONE DIDATTICA Scienze Motorie e Sportive – CLASSE 10D
ANNO SCOLASTICO 2021 – 2022
PROF. Daniel Ochner

CONTENUTI			METODOLOGIE (SPECIFICARE NELLA DIDATTICA IN PRESENZA E A DISTANZA)					INTERDISCIPLINARITÀ	
MODULI	UNITÀ DIDATTICHE	CONOSCENZE / ABILITÀ COMPETENZE	METODI	MEZZI	SPAZI	TEMPI	VERIFICHE	MATERIE	CONTENUTI
Capacità condizionali e coordinative	- Resistenza - Forza e velocità - Equilibrio e coordinazione - Orientamento spazio/tempo	Mantenimento e miglioramento delle capacità condizionali e coordinative attraverso il gioco di squadra; rielaborazione degli schemi motori e miglioramento della coordinazione. Percezione del proprio corpo in situazione di stress psicofisico. Sapersi orientare nello spazio, occupando le zone di interesse nel modo appropriato.	Problem solving, metodo induttivo, cooperati ve learning, metodo analitico, metodo deduttivo , domande frequenti.	Attività a corpo libero; attività con attrezzi; attività con l'uso di palloni	Campo sportivo Talvera e palestra Talvera Centro	settembre	Osservazione della prestazione tramite tabelle; la valutazione tiene conto non solo della prestazione ma anche dell'impegno, della collaborazione, del rispetto delle regole e della partecipazione.		
Giochi nuovi e innovativi	- Tchoukball - Frisbee	Saper riprodurre e giocare ai principali giochi di squadra innovativi. Saper utilizzare nella maniera corretta gli strumenti del gioco di squadra. Saper collaborare e partecipare con i compagni per arrivare all'obiettivo. Saper risolvere situazioni di gioco, attraverso il gioco di squadra. Relazionarsi con i compagni nel modo corretto.	Problem solving, metodo induttivo, cooperati ve learning, metodo analitico, metodo deduttivo , domande frequenti.	Attività con la palla, utilizzo della rete	Campo sportivo Talvera e palestra Talvera Sud	Ottobre	Osservazione della prestazione tramite tabelle; la valutazione tiene conto non solo della prestazione ma anche dell'impegno, della collaborazione, del rispetto delle regole e della partecipazione.		

CONTENUTI			METODOLOGIE (SPECIFICARE NELLA DIDATTICA IN PRESENZA E A DISTANZA)					INTERDISCIPLINARITÀ	
MODULI	UNITÀ DIDATTICHE	CONOSCENZE / ABILITÀ / COMPETENZE	METODI	MEZZI	SPAZI	TEMPI	VERIFICHE	MATERIE	CONTENUTI
Giochi sportivi tradizionali	- Pallavolo - Floorball - Pattinaggio - Badminton	Saper riprodurre e giocare ai principali giochi di squadra innovativi. Saper utilizzare nella maniera corretta gli strumenti del gioco di squadra. Saper collaborare e partecipare con i compagni per arrivare all'obiettivo. Saper risolvere situazioni di gioco, attraverso il gioco di squadra. Relazionarsi con i compagni nel modo corretto.	Problem solving, metodo induttivo, cooperative learning, metodo analitico, metodo deduttivo, domande frequenti.	attività con la palla, attività con la pallina, utilizzo della stecca, utilizzo degli strumenti di protezione, attività con la racchetta	Campo sportivo Talvera e palestra Talvera Sud	Novembre-marzo	Osservazione della prestazione tramite tabelle; la valutazione tiene conto non solo della prestazione ma anche dell'impegno, della collaborazione, del rispetto delle regole e della partecipazione.		
Didattica a distanza	- Io mi alleno a casa - Pattinaggio	Saper programmare l'attività fisica a casa, utilizzare gli strumenti adeguati o adattare quelli presenti in casa, saper riprodurre e seguire attività di fitness, saper utilizzare le competenze digitali; conoscere la storia delle olimpiadi, conoscere le discipline delle olimpiadi, conoscere l'importanza dello sport,	metodo induttivo, metodo analitico, produzione video	attività a corpo libero; attività con attrezzi; attività con macchinari, attività di editing video al computer Utilizzo di schede, utilizzo di slide, lettura e comprensione di testi		Gennaio	Osservazione degli elaborati tramite tabelle; Partecipazione attiva alla lezione, consegne del compito		

Giochi sportivi all'aperto	- Atletica leggera (salto in alto, salto in lungo)	Conoscere le regole principali dei giochi di gruppo e delle discipline individuali dell'atletica; conoscere e applicare attività propedeutiche al miglioramento delle proprie prestazioni e della parte coordinativa; saper relazionarsi nel gioco; Saper collaborare con i compagni per arrivare all'obiettivo; conoscere il proprio corpo	Metodo induttivo, deduttivo , Problem solving, cooperative learning	Attività coordinative, attività a corpo libero e con attrezzi dell'atletica	Campo sportivo Talvera e campo sportivo	Aprile/ maggio	Osservazione della prestazione tramite tabelle; la valutazione tiene conto non solo della prestazione ma anche dell'impegno, della collaborazione, del rispetto delle regole e della partecipazione.		
-----------------------------------	--	---	---	---	---	----------------	--	--	--

NOTE:

I Rappresentanti di classe: