

PROGRAMMAZIONE DIDATTICA									
"Scienze Motorie e Sportive"									
CLASSE 2I - 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	8	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	8	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	12+2	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	10	VERIFICA PRATICA		
	VERTICALI								
	RIBALTATI								
	GRANDI ATTREZZI								
BOLZANO 14 GIUGNO 2022 L'insegnante: prof. Sandro Dallago Gli studenti: .....						58			

Foglio1

4611720830