

**PROGRAMMA SVOLTO ANNO SCOLASTICO 2016/2017 classe 2 I**

Prof.ssa		Docente di		Classe	Indirizzo		Ore settimanali
Carla Perselli		Scienze motorie e sportive		2 I	LSA		2
Moduli	Contenuti	Obiettivi	Metodi	Spazi e mezzi utilizzati	Criteri di valutazione	Tempi	Tipologia delle prove
Preparazione atletica generale e condizionamento psico-fisico	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ <b>Corsa:</b> in palestra e all'aperto utilizzando le strutture sportive "Talvera"</li> <li>□ <b>Stretching</b>, pre-atletici, potenziamento</li> <li>□ <b>Corsa di resistenza</b> : all'aperto e Test di Cooper</li> <li>□ <b>Circuiti estensivi</b> con piccoli e grandi attrezzi</li> </ul>	Miglioramento delle capacità organiche e coordinative generali, potenziamento qualità motorie di base (forza, velocità, resistenza, mobilità, coordinazione)	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Lezione frontale con metodo globale e analitico.</li> <li>-Correzioni individuali e generali.</li> <li>-Lezione con gruppi di lavoro per interesse e/o argomento, a rotazione.</li> </ul>	Palestra, prati del Talvera, pista ciclabile, campi sportivi scolastici all'aperto, piscina scolastica.	<ul style="list-style-type: none"> <li>50/100 per il profitto (gesto tecnico, misurazioni, difficoltà e precisione dell'esecuzione )</li> <li>50/100 per la partecipazione, l'impegno, la collaborazione, l'assiduità della frequenza</li> </ul>	<p>da 15 a 60 min. per lezi., 8 lezioni circa</p> <p>8 lezioni circa</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ Test d'ingresso</li> <li>□ Osservazioni dirette</li> <li>□ Utilizzo di griglie di valutaz.</li> <li>□ Prove multiple cronometrate e misurate</li> </ul>
Sport individuali	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ <b>Attrezzistica e acrobatica</b> (percorsi)</li> <li>□ <b>Pattinaggio su ghiaccio</b>(2 lez.)</li> <li>□ <b>Atletica leggera</b> vortex, s.in lungo, velocità</li> </ul>	Miglioramento dei gesti tecnici specifici, acquisizione di maggiore sicurezza in situazioni motorie inusuali					

**PROGRAMMA SVOLTO ANNO SCOLASTICO 2016/2017 classe 2 I**

<b>Prof.ssa</b>		<b>Docente di</b>		<b>Classe</b>	<b>Indirizzo</b>		<b>Ore settimanali</b>
<b>Carla Perselli</b>		<b>Scienze motorie e sportive</b>		<b>2 I</b>	<b>LSA</b>		<b>2</b>
<b>Moduli</b>	<b>Contenuti</b>	<b>Obiettivi</b>	<b>Metodi</b>	<b>Spazi e mezzi utilizzati</b>	<b>Criteri di valutazione</b>	<b>Tempi</b>	<b>Tipologia delle prove</b>
Sport di squadra	<b>Volley, Calcio, Floorball, Giochi con la palla non convenzionali</b>	Perfezionamento fondamentali Indiv. e di squadra, conoscenza regol., fairplay.	vedi sopra	vedi sopra	vedi sopra	8 lez.circa	vedi sopra

L'insegnante  
Prof.ssa Carla Perselli

Bolzano, giugno 2017