



ISTITUTO D'ISTRUZIONE SUPERIORE "E. GUALA"

CORSO (*Ragionieri, Turistico, Geometri, Logistica, IPSIA*)

PROGRAMMAZIONE ANNUALE DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

ANNO SCOLASTICO 2020 - 2021

CLASSE 2[^] SEZIONE C

Docente: GENNARO FEDERICO

Ore settimanali: 2

MODULI E TEMPI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO			MODALITÀ DI VERIFICA
	COMPETENZE	ABILITÀ	CONOSCENZE	
MOD 1 Attività fisica e salute – Introduzione	Sapere che la pratica dell'attività motoria, sia a livello sportivo sia non a livello sportivo, apporta benefici salutari all'organismo	Saper distinguere gli adattamenti di alcuni dei principali sistemi fisiologici coinvolti nella pratica dell'attività motoria	Conoscere i principali e potenziali benefici sulla salute derivanti dallo svolgimento di una corretta attività motoria e, dall'altro lato, le conseguenze negative della sedentarietà	test a risposta multipla e/o interrogazione orale
MOD 2 Attività fisica e salute – Approfondimento	Sapere in modo maggiormente approfondito e perché determinati benefici salutari possono essere apportati all'organismo dall'attività motoria	Saper approfondire gli adattamenti di alcuni dei principali sistemi fisiologici coinvolti nella pratica dell'attività motoria	Conoscere in maniera più specifica quali sistemi fisiologici possono beneficiare positivamente a livello salutare quando si pratica attività motoria e/o sportiva, e quali effetti negativi a livello fisiologico può invece comportare la sedentarietà	test a risposta multipla e/o interrogazione orale
MOD 3 Scoperta del territorio ed orientamento in un contesto di ambiente naturale	Apprendere come pianificare l'attività motoria in un contesto di ambiente naturale	Saper praticare l'attività motoria in un contesto di ambiente naturale	Saper pianificare l'attività motoria in un contesto di ambiente naturale, sapendolo adattare a specifiche caratteristiche	test a risposta multipla e/o interrogazione orale

MOD 4 Concetti di cartografia	Apprendere le strategie più semplici di orientamento in un contesto outdoor	Saper leggere una cartina geografica	Saper leggere una cartina geografica avendo appreso i concetti base dell'orientamento	test a risposta multipla e/o interrogazione orale
MOD 5 Attività motoria in ambiente outdoor	Conoscere le principali forme di escursionismo	Saper imparare a prevenire i rischi ed i pericoli più ricorrenti che si trovano in un contesto outdoor	Saper organizzare al meglio le attività da svolgere in un contesto outdoor	test a risposta multipla e/o interrogazione orale

OBIETTIVI FORMATIVI, EDUCATIVI

- Informazioni fondamentali sui concetti d'educazione alla salute e conseguenze positive della pratica dell'attività motoria e/o sportiva, ma anche conseguenze negative derivanti da uno stile di vita sedentario. Questi concetti rivestono un ruolo fondamentale anche in relazione al particolare e delicato periodo emergenziale attuale che stiamo vivendo, che potrebbe portare a maggiore sedentarietà in molte persone.
- In considerazione del particolare e delicato periodo di emergenza che stiamo vivendo, educazione all'ambiente e alla cittadinanza intesa come la capacità di far proprie regole e comportamenti elaborati in ambito sociale e come capacità di agire nei vari ambienti e nelle diverse situazioni, tutelando la sicurezza propria e degli altri.
- Informazioni fondamentali sulle modalità di pratica dell'attività motoria in un contesto di ambiente naturale outdoor e dei concetti principali di orientamento essenziali per tale attività.

OBIETTIVI COGNITIVI

- Conoscenza generale dei principali adattamenti fisiologici derivanti dalla pratica dell'attività motoria e/o sportiva.
- Conoscenza maggiormente approfondita di alcuni meccanismi fisiologici derivanti dalla pratica dell'attività motoria e/o sportiva.
- Conoscenza dei concetti principali di orientamento
- Conoscenza delle principali forme di escursionismo

OBIETTIVI MINIMI:

Saper argomentare in maniera logica i vari moduli, avendo come focus i concetti chiave di ciascuno di essi.

VALUTAZIONE:

Test a risposta multipla e interrogazioni integrative

STRUMENTI DIDATTICI:

Uso della piattaforma fornita dalla scuola "Mastercom" e le relative funzioni