



Ministero dell'Istruzione e del Merito
ISTITUTO di ISTRUZIONE SUPERIORE [®] TELESINO

Via Caio Ponzio Telesino, 26 – 82037 Teleso Terme (BN) – tel. 0824 976246 - fax 0824 975029

Codice scuola: BNIS00200T – e-mail: bnis00200t@istruzione.it – sito web www.iistelesino.it

e-mail cert.: bnis00200t@pec.istruzione.it – CF: 81002120624 – Cod. Unic.Uff.: UFSIXA

LICEO SCIENTIFICO – LICEO SCIENTIFICO CAMBRIDGE – LICEO SCIENZE APPLICATE – LICEO CLASSICO – LICEO CLASSICO QUADRIENNALE
LICEO LINGUISTICO – LICEO LINGUISTICO ESABAC – LICEO ECONOMICO SOCIALE – INDIRIZZO PROFESSIONALE

Scheda Programma

Materia: **Scienze Motorie e Sportive**

Docente: Nicola Giangiordano

Libro di testo adottato:

PIER LUIGI DEL NISTA, ANDREA TASSELLI

– TEMPO DI SPORT –

ED. G. D'ANNA

Competenze	<ul style="list-style-type: none">• Compiere attività di resistenza, forza, velocità e mobilità;• Coordinare azioni efficaci in situazioni complesse;• Conoscere gli effetti fisiologici dell'allenamento sui diversi sistemi e apparati;• Praticare almeno due degli sport programmati nei ruoli congeniali alle proprie attitudini;• Mettere in pratica le norme di comportamento ai fini della prevenzione degli infortuni.• Assumere comportamenti responsabili verso l'ambiente• Assumere uno stile di vita sano e attivo, alimentazione• Applicare strategie efficaci alla risoluzione di situazioni problematiche• Svolgere ruoli di direzione dell'attività sportiva, nonché organizzare e gestire eventi sportivi nel tempo scuola ed extra scuola.• Osservare criticamente i fenomeni connessi al mondo sportivo;• Affrontare il confronto agonistico con un'etica corretta, con rispetto delle regole e vero fair play
------------	---

Contenuti*	<input checked="" type="checkbox"/> Attività sportiva individuale e di squadra; <input checked="" type="checkbox"/> Adattamenti fisiologici all'esercizio fisico; <input checked="" type="checkbox"/> Teoria del movimento; <input checked="" type="checkbox"/> I.M.C. e Metabolismo basale.
Metodi	<input checked="" type="checkbox"/> Lezione frontale; <input checked="" type="checkbox"/> Lavoro di gruppo; <input checked="" type="checkbox"/> Discussione partecipata; <input checked="" type="checkbox"/> Brainstorming; <input checked="" type="checkbox"/> Attività peer to peer. <input checked="" type="checkbox"/> <p>E' stata privilegiata la metodologia esperienziale, punto di partenza per un apprendimento di tipo ipotetico-deduttivo che stimola il coinvolgimento personale degli studenti e la sperimentazione diretta attraverso la scoperta guidata, il problem solving, il cooperative learning, il tutoring, l'apprendimento peer to peer.</p> <p>E' stata utilizzata, inoltre, la metodologia mista (globale/analitico): partendo da situazioni globali in cui è stata fornita un'immagine completa del movimento, si è cercato di scendere analiticamente nei dettagli del movimento.</p> <p>L'insegnamento è stato organizzato, in tal caso, secondo la successione spiegazione > dimostrazione > esecuzione > correzione > autocorrezione > consolidamento.</p>
Strumenti di lavoro	<input checked="" type="checkbox"/> Libro di testo; <input checked="" type="checkbox"/> LIM; <input checked="" type="checkbox"/> PC <input checked="" type="checkbox"/> Internet
Strumenti di verifica	<input checked="" type="checkbox"/> Test strutturato; <input checked="" type="checkbox"/> Prove motorie; <input checked="" type="checkbox"/> Gare sportive; <input checked="" type="checkbox"/> Tornei scolastici.
Ed Civica	Mobilità sostenibile 2 ore. 1+1 quadrimestre

