

ITCS GERMANO SOMMEILLER

TORINO

A.S.2024 - 25

Classe: QUARTA

Materia: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Indirizzo: tutti gli indirizzi Ore

di lezione annue previste: 68

testo scolastico "IN MOVIMENTO" ed. Marietti con espansioni on-line;

Videolezioni sul web: eventualmente in itinere

Materiale didattico: spazi e terreni di gioco interni ed esterni; piccoli e grandi attrezzi; strumentazioni per rilevazione test; libro di testo; strumenti audiovisivi; LIM (in alcuni casi);

Profilo previsto dello studente a inizio anno: l'allievo apprende e realizza movimenti complessi, grazie ad una maggiore padronanza di sé e all'ampliamento delle capacità coordinative, condizionali ed espressive; coopera in équipe valorizzando le propensioni individuali; comprende l'esigenza di perseguire il proprio benessere individuale, adottando abitudini e comportamenti idonei al mantenimento dello stato di salute dinamica.

Profilo previsto dello studente al termine dell'anno scolastico: l'allievo consolida lo sviluppo delle conoscenze e delle abilità; la strutturazione psico-motoria si avvia al completamento; la maturazione delle aree cognitive, affettive, socio-relazionali gli consentono di lavorare con sempre più ampie capacità di senso critico e creativo; assume la consapevolezza di essere protagonista di ogni esperienza corporea vissuta.

PARTE PRATICA:

- consolidamento delle tattiche di giochi con schemi di squadra più complessi e arbitraggio degli stessi con particolare approfondimento agli sport di Pallavolo, Ultimate e Badminton
- Esercizi per la prevenzione del mal di schiena
- Arbitraggio e gioco degli sport maggiormente approfonditi durante l'anno, in spiaggia, sottoforma di tornei tra le classi dell'istituto

PARTE TEORICA:

- Cenni di anatomia e fisiologia del rachide, problematiche posturali e strategie per la prevenzione del mal di schiena

Valutazione: per la parte teorica: verifiche o interrogazioni – per la parte pratica: valutazione delle competenze degli argomenti trattati esercitazioni pratiche.

Modalità di recupero delle eventuali carenze formative degli studenti: in itinere con percorsi, prove ed esercizi facilitanti.

