

# ITCS GERMANO SOMMEILLER

Torino

A.S. 2024 -25

**Classe: SECONDA**

**Materia: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

**Indirizzo:tutti gli indirizzi**

Ore di lezione annue previste: 68

Bibliografia e sitografia: testo scolastico “EDUCARE AL MOVIMENTO” ed. Marietti con espansioni on-line- volume” Allenamento salute e benessere” + volume “Gli Sport” – 978-88-393-0358-5

Videolezioni sul web in lingua italiana:

Videolezioni sul web in lingua straniera:

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: esprimere la sua corporeità in forme differenti; conoscere la propria identità fisico-corporea; riconoscere e modulare stati emotivi in situazioni di gara; interagire con il compagno e con la classe in situazioni di movimento e di gioco; comprendere e rispettare il valore delle regole; elaborare e progettare semplici situazioni di gioco; valutare in modo critico alcune esperienze motorie-espressive; destreggiarsi in compiti di arbitraggio in discipline sportive di base; rispettare regole di tutela della salute, della sicurezza e del benessere personale.

Profilo previsto dello studente al termine dell'anno scolastico: l'allievo dovrà dimostrare di avere capacità di riconoscere e prendere coscienza della propria corporeità, mutata in seguito ai cambiamenti fisiologici della pubertà e dell'adolescenza; individuare i limiti e le potenzialità delle proprie capacità motorie; riconoscere ed affinare le proprie capacità coordinative; acquisire maggiore consapevolezza riguardo i rischi legati per la salute legati allo stile di vita.

Parte teorica :

Il corpo umano – cenni di anatomia e fisiologia di apparato scheletrico, apparato cardio-respiratorio, sistemi energetici.

stile di vita e salute – sostanze d'abuso e comportamenti a rischio

Parte pratica:

- miglioramento delle proprie capacità coordinative in particolare la coordinazione oculo-manuale tramite esercizi, giochi e sport con diverse tipologie di piccoli attrezzi, ed esercizi a corpo libero
- consolidamento fondamentali individuali e schemi base di attacco e difesa nei giochi di squadra

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

