

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO "G. VOLPI"
ANNO SCOLASTICO 2015/2016

PROGRAMMA SVOLTO DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

PROF. BARTOLOMEO VINCENZO

CLASSE 3^a C

Nell'affrontare il programma di Scienze Motorie e Sportive la metodologia didattica è stata necessariamente flessibile ed in stretta relazione agli obiettivi da conseguire. A seconda delle situazioni si sono utilizzati metodi direttivi e non direttivi.

Come Procedimento metodologico si sono utilizzati i seguenti: dal globale all'analitico, al sintetico, al globale graduato.

Le forme di insegnamento impiegate: dal collettivo all'individualizzato, dall'individuo al gruppo, alla rotazione dei gruppi.

Contenuti Didattico-Methodologici

- ◆ Attività a corpo libero utilizzando grandi e piccoli attrezzi in dotazione alla palestra.

- ◆ Percorsi / Circuiti

- ◆ Giochi Sportivi di Squadra:
 - x Regole, Fondamentali Tecnici e Cenni di Tattica offensiva e difensiva della Pallavolo
 - x Regole, Fondamentali Tecnici e Cenni di Tattica offensiva e difensiva del Basket
 - x Regole, Fondamentali Tecnici e Cenni di Tattica offensiva e difensiva della Pallamano
 - x Regole, Fondamentali Tecnici e Cenni di Tattica offensiva e difensiva dell'Unihockey
 - x Giochi a tema come approccio metodologico al Calcio a 5
 - x Approcci ai fondamentali di base dello sport del Cricket, Cenni storici e di Regolamento

- ◆ Sport Individuali:
 - x Regole e Fondamentali Tecnici del Tennistavolo
 - x Discipline principali e Caratteristiche Regolamentari dell'Atletica Leggera
 - x Movimenti basilari della Ginnastica Artistica

- ◆ Conoscenze Teoriche relative alla tutela della salute e alla pratica sportiva:
 - x Capacità Fische (Condizionali e Coordinative): Coordinazione – Percezione – Equilibrio – Resistenza – Forza – Mobilità Articolare – Velocità
 - x I Traumi più comuni nelle attività Motorie e Sportive (quali sono e come vengono trattati)
 - x Concetti Generali di Doping e Sostanze Vietate – L'Antidoping

Attività con Esperti Esterni e Attività Integrative Curricolari

- ◆ Progetto Easy Basket con esperto esterno della Società Reyer Venezia
- ◆ Progetto Tennistavolo con esperti Società Tennistavolo Bissuola
- ◆ Progetto Cricket con esperto esterno Federazione Italiana Cricket

- ◆ Partecipazione Volontaria alla Family Run – Parco San Giuliano – Mestre
- ◆ Selezione Scolastica per partecipazione alla Coppa Faganelli di Corsa Campestre – Sant'Elena – Venezia
- ◆ Torneo Interno di Istituto di Pallavolo per le Classi Terze.

Favaro Veneto, 30/05/2016

L'Insegnante
Prof. **Bartolomeo Vincenzo**