

**PROGRAMMAZIONE FORMATIVA**

<b>CLASSE</b>	QUINTO	<b>SEZ</b>	A-B	<b>DATA</b>	14.09.22	<b>A.S.</b>	2022-2023
<b>DOCENTE</b>	Prof MIRKO MANFRÈ						
<b>DISCIPLINA</b>	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE						

**MODULO 1: CORPO UMANO E ATTIVITÀ MOTORIA**

COMPETENZE	CONOSCENZE	ABILITÀ	METODI	STRUMENTI	PROVE TEORICHE	ATTIVITÀ	TEMPI E PERIODO REALIZZAZIONE
<b>Competenze motorie</b> Essere in grado di valutare le criticità del proprio corpo nei diversi ambienti e saper agire con cognizione di causa	Fisiologia del movimento: approfondimento delle conoscenze dei grandi apparati ed il collegamento con il movimento	Osservare l'ambiente naturale, analizzare i pericoli e agire con cognizione di causa	Interdisciplinarietà, didattica laboratoriale, lezione frontale	Libri, Articoli scientifici, documenti scientifici	Interrogazione breve, Questionari a risposta multipla	Trekking in ambienti naturali	Ottobre, Novembre

**MODULO 2: CAPACITÀ MOTORIE**

COMPETENZE	CONOSCENZE	ABILITÀ	METODI	STRUMENTI	PROVE TEORICHE	ATTIVITÀ	TEMPI E PERIODO REALIZZAZIONE
Applicare strategie e metodi più idonei alle proprie caratteristiche psicofisiche e modificare l'azione inn base ai feedback ricevuti	Apprendimento e controllo motorio; la definizione e la classificazione del movimento; alla scoperta del movimento umano; il sistema percettivo, elaborativo, effettore, di controllo; le fasi dell'apprendimento	Scegliere strategie e metodi più idonei alle proprie caratteristiche psico fisiche	Lezione frontale, Problem Solving	Libri, strumenti digitali, testi sulla creatività	Interrogazione breve, Questionari a risposta multipla	Creazione di tabelle di allenamento	Ottobre, Maggio

**MODULO 3: SPORT E REGOLE**

COMPETENZE	CONOSCENZE	ABILITÀ	METODI	STRUMENTI	PROVE TEORICHE	ATTIVITÀ	TEMPI E PERIODO REALIZZAZIONE
Organizzare attività sportive in collaborazione con i propri compagni	Sport per tutti, Sport individuali,	Organizzare attività sportive e tornei con amici e proporsi come educatore sportivo per bambini	Didattica laboratoriali, Cooperative learning, Lezione frontale	Video dimostrativi, libri	Interrogazione breve, Questionari a risposta multipla	Valori in rete, diventare arbitro e/o giudice di gara	Aprile / Giugno

**MODULO 4: SALUTE, BENESSERE E PREVENZIONE**

COMPETENZE	CONOSCENZE	ABILITÀ	METODI	STRUMENTI	PROVE TEORICHE	ATTIVITÀ	TEMPI E PERIODO REALIZZAZIONE
Essere in grado di attivare la procedura di soccorso in attesa di personale medico; distinguere urgenze ed emergenze	Nozioni di pronto soccorso: BLS, RCP, DAE (analisi di casi pratici); Back school; conoscere e prevenire il mal di schiena	Rinforzare le acquisizioni sulla sicurezza per agire in consapevolezza nelle urgenze ed emergenze; Collegare le capacità interventiste ed utilizzarle con senso di responsabilità su se stessi e verso gli altri	Didattica laboratoriali, Cooperative learning, Lezione frontale	Video dimostrativi, libri, articoli scientifici	Interrogazione breve, Questionari a risposta multipla	Primo soccorso: gioco di ruolo, Simulazioni di situazioni emergenziali, Manovra di Heimlich	Dicembre / Giugno