



# Programma svolto

Anno scolastico 2023 / 2024

**Scienze Motorie e Sportive**

Classe 3 A - CTT

n° ore settimanali : **2**

**Insegnante: prof. Walter Stacco**

## CONOSCENZE

- Salute e benessere.
- Cenni di Storia delle attività motorie e sportive dall'antichità ad oggi.
- Dal camminare al correre.
- Schemi motori di base applicati ai giochi sportivi.

## ABILITA'

- Schemi Motori di Base : dal camminare al correre.
- Schemi Motori di Base e Abilità Motorie applicati ai giochi sportivi.
- Aspetti interdisciplinari e multilaterali delle Scienze Motorie Sportive nell'ambito del ciclo di studi in atto.

## CONTENUTI DISCIPLINARI E TEMPI DI REALIZZAZIONE:

*1 – indicare il titolo dell'argomento*

**Obiettivi cognitivi**

**Cenni di Storia delle Attività Motorie e Sportive**

Periodo di svolgimento: 1° e 2° Q.

*indicare il dettaglio degli argomenti*

- Storia delle attività motorie e sportive



- Luoghi ed eventi .
- Contesti sociali

*2 – indicare il titolo dell'argomento*

### **Metabolismi Energetici**

#### **Teoria fondamentali Pallacanestro.**

Periodo di svolgimento: 1° e 2° Q.

*indicare il dettaglio degli argomenti*

- La Scienza Medica dell'Igiene
- Concetti di Malattia – Salute e Prevenzione

*3 – indicare il titolo dell'argomento*

### **Obiettivi Motori Pratici**

#### **Schemi Motori di Base : dal camminare al correre.**

#### **Schemi Motori di Base e Abilità Motorie applicati ai giochi sportivi.**

Periodo di svolgimento: 1° e 2° Q.

*indicare il dettaglio degli argomenti*

- Propriocettività degli appoggi
- Andature
- Giochi Sportivi
- Abilità esecutive

**METODOLOGIE** (lezione frontale, gruppi di lavoro, processi individualizzati, attività di recupero-sostegno e integrazione, ecc.):

- Lezioni Frontali
- Teoria e Pratica



**ISTITUTO TECNICO STATALE  
“CESARE BATTISTI”  
SALÒ**



**MATERIALI DIDATTICI** (Testo adottato, orario settimanale di laboratorio, attrezzature, spazi, biblioteca, tecnologie audiovisive e/o multimediali, ecc.):

- Palestra
- Aula
- Materiale Multimediale

**TIPOLOGIE DELLE PROVE DI VERIFICA UTILIZZATE**

**Specificare:** (prove scritte, verifiche orali, test oggettivi, prove grafiche, prove di laboratorio, ecc.):

- Valutazione obiettivi cognitivi attraverso un colloquio in presenza.
- Valutazione obiettivi pratici attraverso esecuzione pratica in palestra.

**Libro di testo adottato:**

- Nessun libro di testo utilizzato

Salò, 31 maggio 2024

gli alunni

.....

.....

Il Docente  
*Prof. Walter Stacco*