

Sistema di gestione per la Qualità UNI EN ISO 9001:2015	Modulo lavoro	Pagina 1 di 3	I. I. S.S. "E VANONI" MENAGGIO 
	Allegato ML 2-08 PROGRAMMA SVOLTO		

ANNO SCOLASTICO	2024/2025
CLASSE	3 R
MATERIA	Scienze Motorie
DOCENTE	Imbimbo Rinaldo

ARGOMENTI SVOLTI

Obiettivi realizzati in termini di conoscenze, competenze e capacità in riferimento alla singola disciplina:

- Miglioramento delle capacità motorie condizionali e coordinative;
- Acquisizione di nuovi schemi motori tratti dalle diverse discipline sportive;
- Gestire in autonomia un riscaldamento mirato;
- Metodologie di lavoro impiegate con gli alunni:
- Alternanza di attività sportive individuali a giochi di squadra in palestra e negli spazi esterni.
- Tipologie delle verifiche e delle prove:
- Test motori e verifica scritta delle conoscenze teoriche acquisite.
- Criteri di valutazione con esplicitazione del livello di sufficienza:

Nella valutazione pratica viene considerato l'impegno, la partecipazione e la prestazione ottenuta. La sufficienza si raggiunge quando viene dimostrato un impegno accettabile e si raggiunge una prestazione motoria nei limiti inferiori della fascia di età.

Osservazioni sullo svolgimento del programma:

Il programma è stato svolto in modo regolare anche se con qualche variazione visti i prerequisiti della classe.

Contenuti del programma (illustrati in modo analitico).

Parte pratica:

100 m open, 200 m open, 400 m open, 800 m open

getto del peso kg. 3, test dei 5", salto in lungo, 4x18m, esercizi di CroosFit, pallavolo su mini campo e campo regolare, tennis tavolo, calcio a 5, Unihockey.

Parte teorica: lo scheletro, i muscoli, le articolazioni, la circolazione, la digestione, gli organi escretori, il badminton, la pallavolo, capacità coordinative e condizionali, nozioni di primo soccorso

EVENTUALI ARGOMENTI DI EDUCAZIONE CIVICA TRATTATI

FAIR PLAY

EVENTUALI ARGOMENTI DEL CURRICOLO DIGITALE TRATTATI

EVENTUALI ARGOMENTI INERENTI LE ATTIVITA' DI ORIENTAMENTO TRATTATI

Sistema di gestione per la Qualità UNI EN ISO 9001:2015	Modulo lavoro	Pagina 2 di 3	I. I. S.S. "E VANONI" MENAGGIO 
	Allegato ML 2-08 PROGRAMMA SVOLTO	Versione 10 aprile 2024	

Menaggio, 8 giugno 2025

FIRMA DEGLI ALUNNI

FIRMA DOCENTE

Imbimbo Rinaldo