

## PROGRAMMAZIONE MODULARE

### Percorso di istruzione: II LIVELLO - I PERIODO

Classe ½ PSS ½ PSC Diurno

Disciplina: Scienze Motorie Prof Maglione Testi adottati: DISPENZE

Curricolo composto da N. Moduli o UDA : 4

#### COMPETENZE trasversali e disciplinari

- Favorire l'acquisizione di competenze disciplinari per migliorare la crescita degli alunni dal punto di vista personale (coscienza di sé) e relazionale.
- L'approfondimento operativo e teorico di alcune attività motorie e sportive che, dando spazio anche alle attitudini e propensioni personali, favorisce l'acquisizione di capacità trasferibili all'esterno della scuola (lavoro, tempo libero).
- Favorire la considerazione dell'attività motoria come sana abitudine di vita, elemento di tutela della salute indispensabile per un buon equilibrio psico-fisico.

MODULO (UDA) N 1	
ORE IN PRESENZA	
ABILITA'	CONOSCENZE
Padronanza degli schemi motori di base Sviluppo delle qualità motorie	Cenni sull'apparato locomotore Traumatologia: lesioni a carico delle ossa e dei muscoli Paramorfismi e dismorfismi dell'età scolare

#### CIA "A. MANZONI"

Via G. Deledda, 11 – 20127 Milano

Tel. 02 - 884 67500 – 46217 Segreteria

Tel. 02 - 884 46224 Centralino

[ED.ScuoleCIAManzoni@Comune.Milano.it](mailto:ED.ScuoleCIAManzoni@Comune.Milano.it)

[www.corsidirecuperoincomune.it](http://www.corsidirecuperoincomune.it)

<b>MODULO (UDA) N 2</b>	
ORE IN PRESENZA	
ABILITA'	CONOSCENZE
Eseguire e controllare i fondamentali individuali di base degli sport considerati. Collaborare attivamente nel gruppo per raggiungere un risultato comune . Rispettare gli altri nello spirito di collaborazione: il fair play .	Conoscenza delle attività sportive individuali: Badminton e di squadra: Pallacanestro- Pallavolo. Conoscenza delle principali regole degli sport praticati, giochi, partite, arbitraggio degli sport praticati

<b>MODULO (UDA) N 3</b>	
ORE IN PRESENZA	
ABILITA'	CONOSCENZE
Saper eseguire, seppur in modo approssimativo, almeno uno sport di squadra ed uno individuale Saper comunicare e rispettare le regole comportamentali	Cenni sulla metodologia di allenamento relativa all' attività e sul concetto di organizzazione di squadra.

**CIA "A. MANZONI"**

Via G. Deledda, 11 – 20127 Milano

Tel. 02 - 884 67500 – 46217 Segreteria

Tel. 02 - 884 46224 Centralino

[ED.ScuoleCIAManzoni@Comune.Milano.it](mailto:ED.ScuoleCIAManzoni@Comune.Milano.it)

[www.corsidirecuperoincomune.it](http://www.corsidirecuperoincomune.it)

Modulo (UDA) N 4	
ORE IN PRESENZA	
ABILITA'	CONOSCENZE
Essere consapevoli dei danni alla salute causati dalla sedentarietà. Assumere comportamenti finalizzati al miglioramento della salute.	Conoscere gli effetti benefici del movimento sull'organismo.