

## PROGRAMMAZIONE MODULARE

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

Classe PSS 3 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

ABILITA'	CONOSCENZE
Miglioramento delle proprie capacità motorie e coordinative	Conoscenza più approfondita dell'apparato locomotore Traumatologia: lesioni a carico delle ossa e dei muscoli e modalità d'intervento Paramorfismi e dismorfismi dell'età scolare Classificazione degli sport e meccanismi energetici.

<b>MODULO (UDA) N 2</b>	
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 del regolamento tecnico degli sport praticati, giochi, partite, arbitraggio

<b>MODULO (UDA) N 3</b>	
ABILITA'	CONOSCENZE
Saper eseguire almeno uno sport di squadra ed uno individuale. Saper comunicare e rispettare le regole comportamentali	Approfondimento delle conoscenze tecniche e tattiche delle attività sportive. Cenni sulla metodologia di allenamento relativa all' attività e sul concetto di organizzazione di squadra. Cenni sulla storia delle Olimpiadi.



Comune di  
Milano

Direzione Educazione  
Area Servizi Scolastici ed Educativi  
Civico CIA "A. Manzoni"



Modulo (UDA) N 4	
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.

Data

Firma Studenti \*

Firma Docente/i

*\* La firma degli studenti è richiesta sulla programmazione consuntiva.*

Via G. Deledda 11, - 20127 Milano  
tel. +39 02 88446224 - fax +39 02 88446226  
www.comune.milano.it; www.corsidirecuperoincomune.it;  
e-mail: ED.ScuoleCIAManzoni@comune.milano.it

