

**PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE** a.s. 2021/2022

**DOCENTE: Montagna Lorenzo CLASSE: 3A SIA DISCIPLINA: Educazione Civica**

**TESTO ADOTTATO: Più movimento, Marietti Scuola**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***COMPETENZE FISSATE DALLA NORMATIVA:*** | | | |
| Salute, benessere, sicurezza e prevenzione | | | |
| Stile di vita sano e attivo | | | |
| **Unità didattica: Salute e benessere: alimentazione equilibrata e sport** | | | |
| **TEMPI: primo trimestre** | | | |
| *ABILITA' DA SVILUPPARE* | *CONOSCENZE/CONTENUTI ESSENZIALI* | *MODALITÀ DI RILEVAZIONE/VERIFICA*  *(INDICATIVE)* | *METODI E STRUMENTI DI INSEGNAMENTO*  *(INDICATIVI)* |
| *Apprendere il concetto di dieta bilanciata e funzionale alla salute ed al benessere*  *Saper cogliere la relazione tra nutrizione e sport*  *Saper definire e comprendere le basi per una nutrizione salutare e sostenibile* | * *Dieta equilibrata* * *Alimentazione e sport* * *Nutrizione salutare e sostenibile* | **Esposizione orale ed osservazione sistematica** in classe che si ricollega all’UDA trattata in scienze motorie riguardante lo stesso argomento | Lezione frontale teorica in classe  Pdf teoria su classroom fornito dal docente  Libro di testo |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***COMPETENZE FISSATE DALLA NORMATIVA:*** | | | |
| Sostenibilità e relazione con l’ambiente naturale e tecnologico | | | |
| Salute, benessere, sicurezza e prevenzione | | | |
| Cogliere le implicazioni e i benefici derivanti dalla pratica delle attività fisiche svolte nei diversi ambienti, prevenendo le situazioni a rischio | | | |
| Valori sociali dello sport | | | |
| Stile di vita sano e attivo | | | |
| **Unità didattica: I benefici dell’attività sportiva: le attività sportive in ambiente naturale** | | | |
| **TEMPI: secondo pentamestre** | | | |
| *ABILITA' DA SVILUPPARE* | *CONOSCENZE/CONTENUTI ESSENZIALI* | *MODALITÀ DI RILEVAZIONE/VERIFICA*  *(INDICATIVE)* | *METODI E STRUMENTI DI INSEGNAMENTO*  *(INDICATIVI)* |
| *Saper definire correttamente e apprendere i benefici derivanti dall’attività fisica, nella fattispecie svolta outdoor in ambiente naturale*  *Saper definire e cogliere i valori sociali e di tutela dell’ambiente derivanti dallo svolgimento dell’attività fisica in ambiente naturale*  *Saper instaurare una corretta relazione di tutela e prevenzione nei confronti dell’ambiente naturale* | * *Benefici dell’attività fisica e sportiva* * *Differenze tra attività sportiva indoor e outdoor* * *Benefici dell’attività sportiva outdoor svolta in ambiente naturale* * *Valori sociali dello sport e risvolti sul rispetto e sulla tutela ambientale* * *Esempi di attività sportiva in ambiente naturale* * *Possibilità future di riqualificazione dell’ambiente naturale tramite il veicolo dell’attività sportiva* | **Osservazione sistematica pratica tramite proposte di attività motorie multilaterali in ambiente outdoor ricollegate alla pratica dei giochi sportivi svolti sia nel primo trimestre che nel secondo pentamestre** | Lezione frontale teorica in classe e pratica direttiva, induttiva, deduttiva, cooperativa, learning, problem solving, lavoro in piccoli gruppi outdoor  Libro di testo |

L’attività è stata svolta entro i termini prefissati portando a termine il programma, la classe si è mostrata abbastanza partecipe ed i risultati sono stati buoni. Non risultano alunni insufficienti.