

ATTIVITA' SVOLTA A. S. 2020-2021

Nome e cognome del docente Susanna Balducci

Disciplina insegnata Scienze motorie e sportive

Libro/i di testo in uso

G. Fiorini- S. Bocchi- S. Coretti- E. Chiesa: "PIU'MOVIMENTO" (VOLUME UNICO + EBOOK)

Editore: MARIETTI SCUOLA, codice 978-88-393-0280-9

Classe e Sez .	Indirizzo di studio	N. Studenti
2N	Sistema moda	18

Competenze sviluppate

- Avere un grado di scolarizzazione implicante il saper lavorare con gli altri e il rispetto delle regole scolastiche.
- Migliorare le proprie capacità condizionali.
- Migliorare le proprie capacità coordinative.
- Accostarsi alle discipline sportive individuali e di squadra per sviluppare la capacità di cooperazione, migliorare il rispetto delle regole, sapersi confrontare serenamente con gli altri e conoscere le principali norme dei regolamenti.
- Comprendere e utilizzare una terminologia specifica corretta.
- Utilizzare in maniera adeguata le principali attrezzature sportive strutturate e non.
- Saper utilizzare con senso civico il materiale scolastico (attrezzi, spogliatoi, impianti, ecc.).
- Saper riconoscere la gestualità come strumento di comunicazione più immediata rispetto al verbale.
- Saper collaborare per un fine comune.
- Conoscere le principali norme di pronto soccorso in palestra, i principali traumi sportivi e le regole generali di primo intervento.

Unità di apprendimento svolte in DDI

Consolidamento prerequisiti:

- l'apparato locomotore
- terminologia specifica: le posture e i movimenti principali

Educazione alla salute:

Conoscenze	Abilità	Competenze
Il controllo della postura. Conoscere i principali paramorfismi e dismorfismi dell'apparato muscolo-	Saper adottare posture corrette per preservare la salute dell'apparato muscolo-	Assumere stili di vita e comportamenti attivi nei confronti della propria

scheletrico e in particolare della colonna vertebrale.	scheletrico e in particolare della colonna vertebrale.	salute intesa come fattore dinamico, intervenendo sui possibili danni che possono minare l'apparato muscolo-scheletrico.
--	--	--

Educazione alla sicurezza

Conoscenze	Abilità	Competenze
<p>Il pronto soccorso.</p> <p>Conoscere come si presta il primo soccorso: codice comportamentale.</p> <p>Conoscere come trattare i traumi più comuni nella pratica sportiva.</p> <p>Conoscere come trattare le principali urgenze ed emergenze</p>	<p>Saper adottare comportamenti idonei in caso di soccorso ad una vittima di incidente traumatico.</p> <p>Saper adottare comportamenti idonei nelle diverse situazioni di emergenza sanitaria.</p>	<p>Assumere stili di vita e comportamenti attivi nei confronti della propria salute e degli altri, nella consapevolezza che ognuno di noi ha l'obbligo morale e civile di prestare assistenza a qualsiasi persona ferita o in situazione di pericolo.</p>

Attività pratiche svolte

Conoscenze	Abilità	Competenze
<p>Le capacità coordinative.</p> <p>Conoscere il proprio corpo per ampliare le capacità coordinative al fine di realizzare schemi motori sempre più complessi.</p>	<p>Utilizzare consapevolmente il proprio corpo nell'attività motoria.</p> <p>Realizzare movimenti che richiedono di associare/dissociare le varie parti del corpo.</p> <p>Utilizzare schemi motori semplici e complessi in situazioni varie.</p> <p>Mantenere e controllare le posture</p> <p>Realizzare movimenti con ritmi diversi: esercitazioni con la funicella.</p>	<p>Essere in grado di allestire percorsi, circuiti e giochi che sviluppino le capacità coordinative.</p> <p>Essere in grado di eseguire correttamente i test motori relativi alla valutazione delle diverse capacità coordinative.</p>
<p>Il gioco e lo sport: giochi di movimento polivalenti.</p> <p>Conoscere alcuni giochi di movimento della tradizione popolare e non.</p>	<p>Saper partecipare attivamente alle diverse fasi di gioco.</p>	<p>Avvicinarsi alla pratica dei giochi sportivi di squadra rispettando le regole e confrontandosi serenamente con l'altro</p>
<p>Gli sport con la racchetta</p> <p>Conoscere i fondamentali e le principali regole di gioco del tennis, del badminton, del tennis tavolo.</p>	<p>Saper eseguire in modo appropriato i principali fondamentali individuali di gioco del tennis, del badminton, del tennis tavolo.</p>	<p>Essere in grado di utilizzare sufficientemente i principali fondamentali individuali di gioco durante una partita di tennis, del badminton, del tennis tavolo.</p>
<p>Giochi di squadra: l'ultimate</p> <p>Conoscere i fondamentali e le principali regole di gioco dell'ultimate.</p> <p>Il fair play</p>	<p>Saper eseguire in modo appropriato i principali fondamentali individuali di gioco dell'ultimate.</p>	<p>Essere in grado di utilizzare sufficientemente i principali fondamentali individuali di gioco durante una partita di ultimate.</p>

OBIETTIVI MINIMI PER L'AMMISSIONE ALLA CLASSE SUCCESSIVA

Competenze di base

- ✓ Saper lavorare con gli altri nel rispetto delle regole scolastiche.

- ✓ Utilizzare in maniera adeguata le principali attrezzature sportive strutturate e non.
- ✓ Saper utilizzare con senso civico il materiale scolastico (attrezzi, spogliatoi, impianti, ecc.).
- ✓ Accostarsi alle discipline sportive individuali e di squadra per sviluppare la capacità di cooperazione e socializzazione, migliorare il rispetto delle regole, sapersi confrontare serenamente con gli altri.
- ✓ Conoscere le principali norme dei regolamenti dei seguenti giochi sportivi: tennis, ultimate.
- ✓ Comprendere ed utilizzare una terminologia specifica corretta.

Obiettivi minimi apprendimento

Educazione alla salute

Il controllo della postura.
Conoscere i principali paramorfismi e dismorfismi della colonna vertebrale.

Educazione alla sicurezza

Il pronto soccorso.
Conoscere come si presta il primo soccorso: codice comportamentale.
Conoscere come trattare i traumi più comuni nella pratica sportiva.
Conoscere come trattare le principali urgenze ed emergenze.

Gli sport con la racchetta

I fondamentali di gioco. Sapere eseguire sufficientemente i principali fondamentali individuali di gioco del tennis, del badminton, del tennis tavolo.

Gli sport di squadra

I fondamentali di gioco. Sapere eseguire sufficientemente i principali fondamentali individuali di gioco dell'ultimate

ATTIVITA' DI EDUCAZIONE CIVICA SVOLTA

Nucleo tematico: La costituzione

Percorso svolto: Educazione all'amicizia e al rispetto degli altri quali valori fondanti della società moderna.

Attività: Visione del film "La partita perfetta" (W. Dear, 2009), a cui è seguita una discussione guidata e una scheda di approfondimento sulla tematica proposta.

Competenze: collocare l'esperienza personale in un sistema di regole fondate sul reciproco riconoscimento di diritti e doveri.

Tempi: 2 ore

Criteri di valutazione:

- capacità di esprimere una riflessione personale
- capacità digitali di base (saper creare un documento Word e caricarlo su Classroom)

Pisa, 28 giugno 2021

La docente
prof.ssa Susana Balducci