

ATTIVITA' DIDATTICA SVOLTA nell'A.S. 2020/21

Nome e cognome del docente: Balducci Susanna

Disciplina insegnata: Scienze motorie e sportive

Libro/i di testo in uso: G. Fiorini- S. Bocchi- S. Coretti- E. Chiesa: "PIU'MOVIMENTO" (UNICO + EBOOK),
Editore: MARIETTI SCUOLA, codice 978-88-393-0280-9

Classe e Sez.

4 M

Indirizzo di studio

Biotechnologie sanitarie

N. Studenti

25

Competenze sviluppate

- 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.).
- Migliorare le capacità condizionali e coordinative per favorire e completare l'armonico sviluppo delle proprie potenzialità psicomotorie.
- 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 e collaborare per un fine comune.
- Comprendere e utilizzare una terminologia specifica corretta.
- Acquisire una cultura delle attività di moto e sportive che tenda a promuovere la pratica sportiva come costume di vita, grazie alla scoperta delle proprie attitudini e propensioni e al loro possibile trasferimento all'esterno della scuola (tempo libero, ecc.).
- 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

1. Consolidamento prerequisiti:

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

Educazione alla salute:

Conoscenze	Abilità	Competenze
<p>Il regime alimentare</p> <p>Conoscere i principi basilari di una corretta alimentazione per il raggiungimento e il mantenimento dell'efficienza psicofisica.</p> <p>Conoscere il rapporto fra alimentazione e prevenzione delle malattie.</p>	<p>Saper adottare corrette abitudini alimentari per il mantenimento della propria efficienza psicofisica.</p>	<p>Assumere stili di vita e comportamenti attivi nei confronti della propria salute intesa come fattore dinamico, conferendo il giusto valore ad una corretta alimentazione.</p>

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>

Unità di apprendimento pratiche

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>Gli sport con la racchetta: tennis, badminton, tennis tavolo.</p> <p>Conoscere i fondamentali e le principali regole di gioco del tennis, del badminton e del tennis tavolo</p>	<p>Saper eseguire in modo appropriato i principali fondamentali individuali di gioco del tennis, del badminton e del tennis tavolo.</p>	<p>Essere in grado di utilizzare sufficientemente i principali fondamentali individuali di gioco durante una partita di tennis, badminton e tennis tavolo.</p>
<p>Giochi di squadra: l'ultimate</p>		

Conoscere i fondamentali e le principali regole di gioco dell'ultimate. Il fair play	Saper eseguire in modo appropriato i principali fondamentali individuali di gioco dell'ultimate	Essere in grado di utilizzare sufficientemente i principali fondamentali individuali di gioco durante una partita di ultimate
---	---	---

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, tennis tavolo, badminton, ultimate.
- ✓ Comprendere ed utilizzare una terminologia specifica corretta.

Obiettivi minimi apprendimento

Educazione alla salute

Il regime alimentare Conoscere i principi basilari di una corretta alimentazione per il raggiungimento e il mantenimento dell'efficienza psicofisica. Conoscere il rapporto fra alimentazione e prevenzione delle malattie.

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 e 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 alla cittadinanza attiva attraverso la solidarietà"

Conoscenze: conoscere le principali associazioni di volontariato che operano sul territorio nazionale e locale.

Abilità: scelte di vita: sapersi prendere cura dei soggetti più deboli.

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

Tempi: 3 ore

Attività: gli alunni, individualmente o in coppia, simulando di essere volontari di una associazione, ne hanno fatto conoscere la “mission” tramite una presentazione multimediale.

Criteri di valutazione:

- capacità di reperire informazioni nella rete;
- capacità di creare un prodotto multimediale;
- capacità di esposizione.

Pisa, 25 giugno 2021

La docente
prof.ssa Susana Balducci