

## ATTIVITÀ SVOLTA A. S. 2021-2022

**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 .**

1 F

**Indirizzo di studio**

Chimica, materiali e biotecnologie

### 1. Competenze sviluppate

- Avere un buon grado di scolarizzazione implicante il saper lavorare con gli altri e il rispetto delle regole scolastiche.
- Accostarsi alle discipline sportive individuali e di squadra per sviluppare la capacità di cooperazione, migliorare il rispetto delle regole, sapersi confrontare serenamente 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 a quella verbale.
- Saper collaborare per un fine comune.

### 2. Unità di apprendimento svolte

UdA1 – Le capacità coordinative e condizionali.

*Competenze:*

essere in grado di eseguire correttamente i test motori relativi alla valutazione delle diverse capacità coordinative e condizionali.

*Conoscenze:*

conoscere le definizioni delle principali capacità coordinative e condizionali: coordinazione dinamica generale, equilibrio, velocità, resistenza, forza.

*Abilità:*

saper mettere in pratica le tecniche acquisite relative allo sviluppo e all'ampliamento delle capacità coordinative e delle capacità condizionali.

*Obiettivi minimi:*

saper mettere in pratica sufficientemente le tecniche acquisite relative allo sviluppo delle capacità coordinative e delle capacità condizionali.

UdA2 – Gli schemi motori di base

*Competenze:*

essere in grado di eseguire i movimenti relativi agli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, lanciare, sia negli sport individuali (atletica leggera), che nei giochi tradizionali e negli sport di squadra.

*Conoscenze:*

conoscere le definizioni degli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, lanciare.

*Abilità:*

saper mettere in pratica le tecniche acquisite relative allo sviluppo e al mantenimento degli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, lanciare.

*Obiettivi minimi:* saper mettere in pratica sufficientemente le tecniche acquisite relative allo sviluppo e al mantenimento degli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, lanciare.

UdA3 – Gli sport di squadra con la palla: il regolamento

*Competenze:*

utilizzare le regole sportive come strumento di convivenza civile. Il fair play

*Conoscenze:*

conoscere le principali regole di gioco della pallavolo, della pallacanestro, della pallamano.

*Abilità:* consolidare il carattere, sviluppare la socialità e il senso civico.

*Obiettivi minimi:* rispettare le regole di gioco durante una partita.

UdA4 – Gli sport di squadra con la palla: i fondamentali di gioco

*Competenze:*

essere in grado di utilizzare sufficientemente i principali fondamentali individuali di gioco durante una partita di pallavolo, pallacanestro, pallamano.

*Conoscenze:*

conoscere i principali fondamentali individuali di gioco delle seguenti discipline sportive: pallavolo, pallacanestro, pallamano.

*Abilità:*

sapere eseguire in modo appropriato i principali fondamentali individuali di gioco della pallavolo, pallacanestro, pallamano.

*Obiettivi minimi:*

sapere eseguire sufficientemente i principali fondamentali individuali di gioco delle seguenti discipline sportive: pallavolo, pallacanestro, pallamano.

UdA5 – Gli sport con la racchetta

*Competenze:*

essere in grado di utilizzare sufficientemente i principali fondamentali individuali di gioco in una partita di tennis tavolo.

*Conoscenze:*

conoscere i principali fondamentali individuali di gioco del tennis tavolo.

*Abilità:*

sapere eseguire in modo appropriato i principali fondamentali individuali di gioco del tennis tavolo.

*Obiettivi minimi:* sapere eseguire sufficientemente i principali fondamentali individuali di gioco del tennis tavolo.

**3. Attività didattiche integrative**

Lezione fuori sede: trekking urbano sulle antiche mura di Pisa

**4. Attività svolta di educazione civica**

Nucleo tematico: la costituzione

Percorso svolto: Giocare con fair play: l'esempio dell'ultimate frisbee

Attività: Il fair play nei giochi di squadra: ultimate frisbee, pallavolo, pallamano.

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

Tempi: 2 ore

Criteri di valutazione:

- conoscenza e rispetto delle regole del gioco
- comportamento leale e corretto
- atteggiamento positivo e autocontrollo
- comunicazione efficace

Pisa, 8 giugno 2022

La docente  
Susanna Balducci