

Docente: Floris Silvia

Disciplina: Scienze Motorie e Sportive

Libro di testo: Il corpo e i suoi linguaggi

Autore: Del Nista-Parker-Tasselli

Casa editrice: G. D'ANNA

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE	ARGOMENTI	METODOLOGIA / STRUMENTI
<p>Imparare ad imparare: Saper individuare, scegliere e utilizzare diverse fonti e tipi di informazione e formazione.</p> <p>Comunicare: Saper utilizzare il lessico specifico della disciplina</p> <p>Individuare collegamenti e relazioni: Saper individuare collegamenti e relazioni tra fenomeni, eventi e concetti, appartenenti a diversi ambiti disciplinari</p> <p>Collaborare e partecipare Rispettare scadenze e impegni concordati con insegnanti e compagni Saper lavorare in gruppo secondo le indicazioni ricevute</p>	<ul style="list-style-type: none"> Saper eseguire in modo corretto e consapevole le attività pratiche proposte Saper percepire e interpretare le sensazioni relative al proprio corpo Migliorare de capacità motorie di base, coordinative e condizionali Migliorare le abilità e la destrezza con e senza l'utilizzo dei piccoli e grandi attrezzi anche occasionali Utilizzare efficacemente gli schemi motori in azioni complesse di accoppiamento, combinazione, differenziazione, equilibrio, orientamento, ritmo, reazione, trasformazione 	<ul style="list-style-type: none"> Conoscere l'apparato muscolo scheletrico Conoscere le parti del proprio corpo e padroneggiarle mostrando adeguato controllo Conoscere i movimenti e le posizioni principali necessari a un'attività motoria abituale Conoscere gli effetti benefici del movimento sull'apparato muscolo-scheletrico Conoscere gli equilibri posturali 	<p>1_Percezione di sé e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive</p> <ul style="list-style-type: none"> La terminologia specifica dei movimenti essenziali, assi e piani Conoscenze generali del corpo umano: L'organizzazione del corpo umano Gli schemi motori e le loro caratteristiche <p>Esercizi a corpo libero individuali, a coppie o in gruppo</p>	<ul style="list-style-type: none"> Lezione frontale e lezione dialogata Discussione libera e guidata Lavoro di gruppo Risoluzione dei problemi Impiego di linguaggi non verbali Esecuzione autonoma di compiti proposti dal docente Uso di strumenti didattici alternativi Flipped classroom Quantificazione a seconda dell'età, sesso e caratteristiche psico-morfologiche degli allievi, l'intensità e la durata del lavoro Graduazione del lavoro proposto passando dal semplice al complesso Individuazioni di interventi di recupero per situazioni svantaggiate Favorire l'armonia di gruppo attraverso esercitazioni per piccoli gruppo
<p>Imparare ad imparare: Saper eseguire, seppur in modo approssimativo, almeno un sport di squadra ed uno individuale nei ruoli congeniali alle proprie attitudini</p> <p>Comunicare, collaborare e partecipare Saper comunicare e rispettare le regole comportamentali Utilizzare linguaggi diversi (verbale, non verbale, gestuale informatico), per esprimere le proprie conoscenze disciplinari</p> <p>Collaborare e partecipare Collaborare attivamente nel gruppo per raggiungere un risultato comune</p> <p>Problem Solving Saper riflettere e trovare soluzioni adeguate alle situazioni vissute</p> <p>Agire in modo autonomo e responsabile Riconoscere e rispettare limiti, regole e responsabilità</p>	<ul style="list-style-type: none"> Eseguire e controllare i fondamentali individuali di base degli sport Discriminare e controllare le percezioni sensoriali. Saper svolgere le funzioni di arbitraggio Utilizzare le variabili spazio-temporali nella gestione delle azioni Rispettare le regole e svolgere un ruolo attivo nell'attività sportiva Relazionarsi positivamente mettendo in atto comportamenti corretti e collaborativi: il fair play 	<ul style="list-style-type: none"> Conoscere le principali differenze degli sport individuali e di squadra Conoscere le principali regole degli sport praticati Conoscere la terminologia specifica Conoscere i gesti arbitrali più importanti di giochi e sport praticati Conoscere modalità cooperative che valorizzano la diversità di ciascuno nelle attività sportive. Conoscere le regole del Fair-Play 	<p>2_Lo sport, le regole e il fair play <i>Lo sport per tutti</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Le capacità motorie Gli sport individuali: ATLETICA: La Corsa campestre. GINNASTICA PREACROBATICA: il Quadro svedese, l'Acrosport Gli sport di squadra: BASKET, PALLAVOLO, CALCIO <p><i>Mi metto in gioco:</i> partecipazione ai Campionati Studenteschi: corsa campestre, Calcio a 5</p>	<p style="text-align: center;">RECUPERO</p> <ul style="list-style-type: none"> In itinere Verifiche orali complessive <p style="text-align: center;">VALUTAZIONE</p> <p>La valutazione ha avuto come oggetto:</p> <ol style="list-style-type: none"> processo di apprendimento: osservazione sulla partecipazione attiva; impegno, interesse; relazione e collaborazione; autonomia. Gli esiti dell'apprendimento: Utilizzo di griglie di osservazione (osservazione sui livelli di padronanza), prove strutturate e semi-strutturate (test a risposta multipla), verifiche orali e dialoghi Le competenze: verifiche autentiche (es. Arbitraggio, giochi, esiti lavori di gruppo, dimostrazioni pratiche) <p style="text-align: center;">UDA/ PERCORSI PLURIDISCIPLINARI</p>

Docente : Floris Silvia

Disciplina: Scienze Motorie e Sportive

Libro di testo: *Il corpo e i suoi linguaggi*

Autore: Del Nista-Parker-Tasselli

Casa editrice: G. D'ANNA

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE	UNITA APPRENDIMENTO	METODOLOGIA / STRUMENTI
<p>Collaborare e partecipare Saper lavorare in gruppo secondo le indicazioni ricevute</p> <p>Imparare ad imparare: Promuovere uno stile di vita sano e attivo agire in maniera appropriata per prestare la giusta assistenza a se stessi e agli altri</p> <p>Agire in modo autonomo e responsabile Saper attivare la catena della sopravvivenza</p> <p>Problem Solving Sapersi destreggiare in situazioni nuove applicando regole e conoscenze teoriche.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Adottare un abbigliamento idoneo alle lezioni. • Svolgere attività codificate e non nel rispetto della propria e altrui incolumità • Applicare norme e condotte volte a rimuovere o limitare situazioni di pericolo • Condividere, utilizzare e rispettare le regole utili alla convivenza e alle attività motorie e sportive. Saper utilizzare responsabilmente mezzi e strumenti idonei alla pratica dell'attività motoria 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere l'apparato muscolo scheletrico • Conoscere le parti del proprio corpo e padroneggiarle mostrando adeguato controllo • Conoscere alcuni dei più comuni traumi in cui possiamo incorrere nella vita quotidiana o praticando sport • Conoscere le manovre di BLS • Conoscere la posizione laterale di sicurezza • Conoscere gli effetti benefici del movimento sull'apparato muscolo-scheletrico 	<p>3_Salute, benessere, sicurezza e prevenzione</p> <ul style="list-style-type: none"> • Il regolamento della palestra • Informazioni sui principi fondamentali di prevenzione ed attuazione della sicurezza personale in palestra, a scuola e negli spazi aperti • L'ABC del primo soccorso: • Elementi di primo soccorso • La catena della sopravvivenza 	<ul style="list-style-type: none"> • Lezione frontale e lezione dialogata • Discussione libera e guidata • Lavoro di gruppo • Risoluzione dei problemi • Impiego di linguaggi non verbali • Esecuzione autonoma di compiti proposti dal docente • Uso di strumenti didattici alternativi • Flipped classroom • Quantificazione a seconda dell'età, sesso e caratteristiche psico-morfologiche degli allievi, l'intensità e la durata del lavoro • Graduazione del lavoro proposto passando dal semplice al complesso • Individuazioni di interventi di recupero per situazioni svantaggiate • Favorire l'armonia di gruppo attraverso esercitazioni per piccoli gruppo
<p>Imparare a imparare Imparare a orientarsi in contesti diversificati.</p> <p>Agire in modo autonomo e responsabile Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove ed inusuali Sapere cosa fare per evitare rischi e pericoli</p> <p>Collaborare e partecipare Saper lavorare in gruppo in base all'obiettivo assegnato</p> <p>Problem Solving Sapersi orientare nell'ambiente naturale ed artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mettere in atto comportamenti responsabili nei confronti dell'ambiente, di sé stessi e degli altri. • Saper utilizzare le attività apprese in situazioni ambientali diverse non solo in ambito sportivo, ma anche in situazioni quotidiane • Sapersi orientare con bussole, mappe, e carte • Sapere come equipaggiarsi ed abbigliarsi prima di un'escursione in ambiente naturale 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere i diversi tipi di attività motoria e sportiva in ambiente naturale. • Conoscere i benefici dell'attività motoria in ambiente naturale • Conoscere come ci si deve comportare in ogni contesto per limitare i rischi e affrontare i pericoli 	<p>• 4_ Il movimento e la sua relazione con l'ambiente naturale <i>Il piacere di muoversi in natura:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Escursionismo sulla neve con le ciaspole 	<p align="center">VALUTAZIONE</p> <p>La valutazione ha avuto come oggetto:</p> <p>d) processo di apprendimento: osservazione sulla partecipazione attiva; impegno, interesse; relazione e collaborazione; autonomia.</p> <p>e) Gli esiti dell'apprendimento: Utilizzo di griglie di osservazione (osservazione sui livelli di padronanza), prove strutturate e semi-strutturate (test a risposta multipla), verifiche orali e dialoghi</p> <p>f) Le competenze: verifiche autentiche (es. Arbitraggio, giochi, esiti lavori di gruppo, dimostrazioni pratiche)</p> <p align="center">UDA/ PERCORSI PLURIDISCIPLINARI</p> <p>UDA: <i>Il piacere di muoversi in natura</i></p> <p>Geografia - Scienze</p>