



agraria agroalimentare agroindustria | chimica, materiali e biotecnologie | costruzioni, ambiente e territorio | servizi socio-sanitari  
corso operatore del benessere | agenzia formativa Regione Toscana PI0626 – ISO9001

[www.e-santoni.gov.it](http://www.e-santoni.gov.it)

e-mail: [piis003007@istruzione.it](mailto:piis003007@istruzione.it)

PEC: [piis003007@pec.istruzione.it](mailto:piis003007@pec.istruzione.it)

## ATTIVITA' DIDATTICA SVOLTA nell'A.S. 2017/18

	Indirizzo di studio
<b>1M</b>	Chimica, materiali e biotecnologie
<b>Disciplina</b>	Susanna Balducci Scienze motorie e sportive

### 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.

### Unità di apprendimento svolte

UdA1 – Le capacità condizionali e coordinative.

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

*Metodi di allenamento:* le ripetizioni e le serie.

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

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

#### UdA2 – Gli schemi motori di base

*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.

*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.

#### UdA3 – Gli sport di squadra: il regolamento

*Conoscenze:*

Conoscere le principali regole di gioco della pallavolo, della pallacanestro e del calcio a cinque.

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

*Competenze:*

utilizzare le regole sportive come strumento di convivenza civile.

#### UdA4 – Gli sport di squadra: i fondamentali di gioco

*Conoscenze:*

conoscere i principali fondamentali individuali di gioco delle seguenti discipline sportive: pallavolo, pallacanestro e calcio a cinque.

*Abilità:*

sapere eseguire in modo appropriato i principali fondamentali individuali di gioco durante una partita di pallavolo, pallacanestro e calcio a cinque.

*Competenze:*

essere in grado di utilizzare sufficientemente i principali fondamentali individuali di gioco durante una partita di pallavolo, pallacanestro e calcio a cinque.

### **Attività didattiche integrative**

Progetto “Sport a scuola, imparare giocando”: incontro con esperto di Judo

# **OBIETTIVI MINIMI PER L'AMMISSIONE ALLA CLASSE SUCCESSIVA**

## **Competenze di base**

- 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 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.).

## **Obiettivi minimi per unità di apprendimento**

UdA1 – Le capacità condizionali e coordinative.

*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

*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: il regolamento

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

UdA4 – Gli sport di squadra: i fondamentali di gioco

*Obiettivi minimi:* sapere eseguire sufficientemente i principali fondamentali individuali di gioco delle seguenti discipline sportive: pallavolo, pallacanestro e calcio a cinque.

Pisa, 6 giugno 2018

Il docente

Susanna Balducci

I rappresentanti degli studenti