

| |
|----------------------------------|
| GINNASTICA Classi Seconde |
|----------------------------------|

Presentazione : **Attività di base necessaria per la formazione e la crescita dell'individuo; comprende lo sviluppo delle capacità coordinative e condizionali e.**

Sviluppo cronologico : Annuale

Livello: sviluppo

Verifica: : Prove Pratiche, Test, Osservazioni

| Competenze di Cittadinanza: Imparare ad imparare / collaborare e partecipare / Comunicare | | | | | |
|--|--|---|--|--|---|
| UDA: | | | | | |
| Competenze | Esiti formativi (descrittori) | Conoscenze | Conoscenze pregresse | Metodologia | Tempi |
| Acquisire una adeguata metodologia di lavoro | <ul style="list-style-type: none"> ◆ Si applica con continuità ◆ Applica adeguate capacità condizionali (forza, velocità, resistenza, etc.) ◆ Applica adeguate capacità coordinative generali ◆ Applica adeguate capacità coordinative specifiche delle discipline | Verticale in differenti situazioni con assistenza attiva e passiva | Rotolamenti Equilibri di base Capovolte avanti e dietro | Esercizi individuali e a coppie | Interventi di 15/30' per lezione |
| Socializzare con i compagni in ambito sportivo | <ul style="list-style-type: none"> ◆ Si relaziona in modo positivo con i compagni in situazioni collaborative ◆ Si relaziona in modo positivo con i compagni in situazioni competitive mantenendo le distanze di sicurezza anti covi-19 | | | | |
| Rispettare le regole dell'ambito motorio e comportamentale | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Conosce e rispetta le regole della convivenza civile ▪ Conosce e rispetta le regole delle discipline sportive trattate ▪ Conosce e rispetta le regole anti covi-19 previste dal protocollo sicurezza delle palestre | | | | |
| Applicare norme di igiene generale | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Conosce e applica le comuni norme di igiene e profilassi ▪ Segue uno stile di vita | | | | |

GIOCHI EDUCATIVI Classi Seconde

Presentazione : Il modulo “Giochi Educativi Vari” comprende una serie di attività ludico-sportive di tipo collettivo utili per i loro aspetti educativi, socializzanti e ricreativi. A causa della situazione sanitaria del nostro paese le attività saranno svolte a coppie e non a gruppi, mantenendo il distanziamento di due metri tra i ragazzi.

Attività proposte: BADMINTON, TENNIS TAVOLO, FREESBEE.

Lo sviluppo delle capacità condizionali è considerato prerequisito all’applicazione del presente modulo; lo sviluppo delle capacità condizionali sarà argomento centrale nella prima parte dell’a.s. e andrà articolandosi con il presente modulo nelle fasi pratiche successive.

Sviluppo cronologico : durante tutto il corso dell’anno scolastico

Livello: sviluppo

Verifica: : Prove pratiche, Test, Osservazioni,

| Competenze di Cittadinanza: Imparare ad imparare / collaborare e partecipare / Comunicare | | | | | |
|---|--|--|--|---|------------------------|
| UDA: | | | | | |
| Competenze | Esiti formativi (descrittori) | Conoscenze | Conoscenze pregresse | Metodologia | Tempi |
| Acquisire una adeguata metodologia di lavoro | <ul style="list-style-type: none"> ◆ Si applica con continuità ◆ Applica adeguate capacità condizionali (forza, velocità, resistenza, etc.) ◆ Applica adeguate capacità coordinative generali ◆ Applica adeguate capacità coordinative specifiche delle discipline | Azioni fondamentali e elementari delle discipline | Capacità coordinative Capacità condizionali | Azioni e esercitazioni individuali, a coppie | 40’ per lezione |
| Socializzare con i compagni in ambito sportivo | <ul style="list-style-type: none"> ◆ Si relaziona in modo positivo con i compagni in situazioni collaborative ◆ Si relaziona in modo positivo con i compagni in situazioni competitive mantenendo il distanziamento previsto per la sicurezza anti covid-19 | | | | |
| Rispettare le regole dell’ambito motorio e comportamentale | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Conosce e rispetta le regole della convivenza civile ▪ Conosce e rispetta le regole delle discipline sportive trattate ▪ Conosce il protocollo anti covid-19 delle palestre | | | | |
| Applicare norme di | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Conosce e applica le | | | | |

PALLACANESTRO Classi Seconde

Presentazione : **Disciplina sportiva piuttosto tecnica che richiede uno studio analitico e spesso individuale; presenta momenti ludici e sportivi di notevole interesse e coinvolgimento per gli alunni.**

Questa disciplina sarà praticata attenendosi alle direttive anti covi-19 per il distanziamento e l'igiene dei locali e degli attrezzi. Verranno svolti solo i fondamentali dello sport e non si effettueranno partite

Lo sviluppo delle capacità condizionali è prerequisito all'applicazione del presente modulo; esso è centrale nella prima parte dell'a.s. e andrà poi articolandosi con il presente modulo nelle fasi pratiche successive.

Sviluppo cronologico : annuale

Livello: sviluppo

Verifica: : Prove teoriche, Test, Osservazioni,

| Competenze di Cittadinanza: Imparare ad imparare / collaborare e partecipare / Comunicare | | | | | |
|--|--|---|---|---|---------------------------------------|
| UDA: | | | | | |
| Competenze | Esiti formativi (descrittori) | Conoscenze | Conoscenze pregresse | Metodologia | Tempi |
| Acquisire una adeguata metodologia di lavoro | <ul style="list-style-type: none"> ◆ Si applica con continuità ◆ Applica adeguate capacità condizionali (forza, velocità, resistenza, etc.) ◆ Applica adeguate capacità coordinative generali ◆ Applica adeguate capacità coordinative specifiche delle discipline | <p>Tiro a canestro</p> <p>Arresto e tiro</p> <p>Scivolamento difensivo</p> | <p>Coordinazione oculo-manuale</p> <p>Palleggi e passaggi sul posto ed in movimento</p> | <p>Azioni e esercitazioni individuali e a coppie</p> | <p>45' pratici per lezione</p> |
| Socializzare con i compagni in ambito sportivo | <ul style="list-style-type: none"> ◆ Si relaziona in modo positivo con i compagni in situazioni collaborative ◆ Si relaziona in modo positivo con i compagni in situazioni competitive mantenendo le distanze previste di due metri | | | | |
| Rispettare le regole dell'ambito motorio e comportamentale | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Conosce e rispetta le regole della convivenza civile ▪ Conosce e rispetta le regole delle discipline sportive trattate ▪ Conosce e rispetta il protocollo anti covid-19 | | | | |
| Applicare norme di igiene generale | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Conosce e applica le comuni norme di igiene e profilassi ▪ Segue uno stile di vita | | | | |

| |
|---------------------------------|
| PALLAVOLO Classi Seconde |
|---------------------------------|

Presentazione : **Disciplina sportiva di grande attualità e interesse che coinvolge la totalità delle scolaresche per la sua accessibilità e la presenza di strutture scolastiche adeguate.**

Attività altamente socializzante.

Questa disciplina sarà svolta solo come fondamentali dello sport attenendosi alle normative anti covid-19 sul distanziamento e sull'igiene degli attrezzi.

Lo sviluppo delle capacità condizionali è prerequisito alla applicazione del presente modulo: tale sviluppo occupa una parte importante delle lezioni durante la prima parte dell'a.s. e poi andrà articolandosi con il presente modulo nelle fasi pratiche successive.

Sviluppo cronologico : annuale

Livello: sviluppo

Verifica: : Prove Pratiche, Test, Osservazioni

| Competenze di Cittadinanza: Imparare ad imparare / collaborare e partecipare / Comunicare | | | | | |
|--|--|--|--|--|--------------------------------|
| UDA: | | | | | |
| Competenze | Esiti formativi (descrittori) | Conoscenze | Conoscenze pregresse | Metodologia | Tempi |
| Acquisire una adeguata metodologia di lavoro | <ul style="list-style-type: none"> ◆ Si applica con continuità ◆ Applica adeguate capacità condizionali (forza, velocità, resistenza, etc.) ◆ Applica adeguate capacità coordinative generali ◆ Applica adeguate capacità coordinative specifiche delle discipline | Schiacciata Battuta dall'alto | Coordinazione oculomanuale Palleggio, bagher, battuta | Azioni ed esercitazioni individuali, a coppie | 45' pratici per lezione |
| Socializzare con i compagni in ambito sportivo | <ul style="list-style-type: none"> ◆ Si relaziona in modo positivo con i compagni in situazioni collaborative ◆ Si relaziona in modo positivo con i compagni in situazioni competitive mantenendo le distanze previste anti covid-19 | | | | |
| Rispettare le regole dell'ambito motorio e comportamentale | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Conosce e rispetta le regole della convivenza civile ▪ Conosce e rispetta le regole delle discipline sportive trattate ▪ Conosce e rispetta il regolamento delle palestre anti covid-19 | | | | |
| Applicare norme di igiene generale | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Conosce e applica le comuni norme di | | | | |

| |
|--------------------------------|
| ATLETICA Classi Seconde |
|--------------------------------|

Presentazione : **Disciplina sportiva per la maggior parte individuale (fanno eccezione le staffette) che presenta diverse specialità; ad ogni alunno saranno proposte le più accessibili e praticabili nella struttura scolastica disponibile.**

Lo sviluppo delle capacità condizionali è prerequisito all'applicazione del presente modulo; esso è centrale nella prima parte dell'a.s. e andrà poi articolandosi con il presente modulo nelle fasi pratiche successive.

Sviluppo cronologico : 1^ fase: Settembre/Ottobre

2^ fase: Aprile/Giugno

Livello: sviluppo

Verifica: Prove Pratiche, Test, Osservazioni , Rilevamenti tempi e misure

| Competenze di Cittadinanza: Imparare ad imparare / collaborare e partecipare / Comunicare | | | | | |
|--|--|--|---|---|--------------------------------|
| UDA: | | | | | |
| Competenze | Esiti formativi (descrittori) | Conoscenze | Conoscenze pregresse | Metodologia | Tempi |
| Acquisire una adeguata metodologia di lavoro | <ul style="list-style-type: none"> ◆ Si applica con continuità ◆ Applica adeguate capacità condizionali (forza, velocità, resistenza, etc.) ◆ Applica adeguate capacità coordinative generali ◆ Applica adeguate capacità coordinative specifiche delle discipline | Corsa veloce Corsa di resistenza Getto del peso Salto in alto | Corsa Salti e balzi Salto in lungo | Azioni e esercitazioni individuali, a coppie | 40' pratici per lezione |
| Socializzare con i compagni in ambito sportivo | <ul style="list-style-type: none"> ◆ Si relaziona in modo positivo con i compagni in situazioni collaborative ◆ Si relaziona in modo positivo con i compagni in situazioni competitive mantenendo le distanze di sicurezza anti covid-19 | | | | |
| Rispettare le regole dell'ambito motorio e comportamentale | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Conosce e rispetta le regole della convivenza civile ▪ Conosce e rispetta le regole delle discipline sportive trattate ▪ Conosce il protocollo sicurezza anti covid-19 | | | | |
| Applicare norme di igiene generale | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Conosce e applica le comuni norme di igiene e profilassi ▪ Segue uno stile di vita adeguato a tutelare la propria salute | | | | |

| |
|------------------------------|
| CALCIO Classi seconde |
|------------------------------|

Presentazione : **Disciplina sportiva molto coinvolgente in virtù della sua qualifica di sport nazionale; presenta momenti ludici, sportivi e altamente socializzanti per gli alunni. A causa della situazione sanitaria presente la disciplina sarà trattata solo come fondamentali del gioco e non come gioco di squadra.**

Lo sviluppo delle capacità condizionali è prerequisito all'applicazione del presente modulo; esso è centrale nella prima parte dell'a.s. e andrà poi articolandosi con il presente modulo nelle fasi pratiche successive.

Sarà svolta una parte teorica di conoscenza dei vari giochi sportivi di squadra.

Sviluppo cronologico : Annuale

Livello: sviluppo

Verifica: Prove Pratiche, Test, Osservazioni

| Competenze di Cittadinanza: Imparare ad imparare / collaborare e partecipare / Comunicare | | | | | |
|--|--|---|---|--|---------------------------------------|
| UDA: | | | | | |
| Competenze | Esiti formativi (descrittori) | Conoscenze | Conoscenze pregresse | Metodologia | Tempi |
| Acquisire una adeguata metodologia di lavoro | <ul style="list-style-type: none"> ◆ Si applica con continuità ◆ Applica adeguate capacità condizionali (forza, velocità, resistenza, etc.) ◆ Applica adeguate capacità coordinative generali ◆ Applica adeguate capacità coordinative specifiche delle discipline | <p>padronanza dei fondamentali individuali.</p> <p>Padronanza e applicazione delle regole del gioco</p> | <p>Palleggi, passaggi e tiri di semplice esecuzione</p> <p>Coordinazione oculo-podalica</p> | <p>Azioni e esercitazioni individuali, a coppie, Lezioni da remoto con l'utilizzo di vari strumenti informatici</p> | <p>40' pratici per lezione</p> |
| Socializzare con i compagni in ambito sportivo | <ul style="list-style-type: none"> ◆ Si relaziona in modo positivo con i compagni in situazioni collaborative ◆ Si relaziona in modo positivo con i compagni in situazioni particolarmente di disagio quali il distanziamento sociale mantenendo le distanze di due metri tra i compagni | | | | |
| Rispettare le regole dell'ambito motorio e comportamentale | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Conosce e rispetta le regole della convivenza civile ▪ Conosce e rispetta le regole delle discipline sportive trattate ▪ Conosce il regolamento anti covid-19 delle palestre | | | | |

