

CALCIO Classi Terze

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 in Italia questo sport sarà praticato 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.

Sviluppo cronologico : Annuale

Livello: sviluppo

Verifica : Prove Pratiche, Test, Osservazioni.

Competenze di Cittadinanza: Agire in modo autonomo e responsabile / Comunicare / Collaborare e partecipare					
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 	I fondamentali di squadra in attacco e difesa	Coordinazione oculopodalica Padronanza dei fondamentali individuali	Azioni e esercitazioni individuali, a coppie, di gruppo, mantenendo le distanze anti covid -19 di due metri tra i partecipanti.	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 attenendosi alle regole 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 rispetta 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 				

GINNASTICA Classi Terze

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: Agire in modo autonomo e responsabile / Comunicare / Collaborare e partecipare					
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 	La capovolta tuffata Verticale in appoggio con assistenza	Rotolamenti Equilibri di base Capovolte avanti, dietro Studio della verticale	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 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 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 				

GIOCHI EDUCATIVI Classi Terze

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.

Attività proposte: **BADMINTON, TENNIS TAVOLO, FREESBEE, PALLAMANO.**

Questi sport verranno praticati mantenendo il distanziamento tra gli studenti di due metri tra loro.

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, Questionari per Prove Strutturate di pre-esame

Competenze di Cittadinanza: Agire in modo autonomo e responsabile / Comunicare / collaborare e partecipare					
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 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 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 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 				

PALLACANESTRO Classi Terze

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.**

A causa della situazione attuale in Italia questa disciplina sarà trattata soprattutto come fondamentali dello sport e solo con un distanziamento di due metri tra i ragazzi. In caso di nuove direttive anti covid-19 questa disciplina sarà trattata solo oralmente.

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 Pratiche, Test, Osservazioni.

Competenze di Cittadinanza: Agire in modo autonomo e responsabile / Comunicare / Collaborare e partecipare					
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 	Terzo tempo Dai e vai, dai e segui, dai e cambia a 3 giocatori Fondamentali individuali: palleggio cambi di direzione Tiro libero	Coordinazione oculo-manuale Palleggi, passaggi e tiri a canestro Difesa a uomo	Azioni e esercitazioni individuali e a coppie, di gruppo massimo tre alunni.	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 				

PALLAVOLO Classi Terze

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.**

Questa disciplina sarà trattata solo come fondamentali del gioco. In caso di nuove disposizioni anti covid-19 questa disciplina sarà trattata solo teoricamente.

Attività altamente socializzante.

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: Agire in modo autonomo e responsabile / Comunicare / Collaborare e partecipare

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>Fondamentali di squadra: difesa e attacco</p> <p>palleggi individuali e a coppie</p>	<p>Coordinazione oculo-manuale</p> <p>Fondamentali individuali</p>	<p>Azioni ed esercitazioni individuali, 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 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 				

ATLETICA Classi Terze

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: Agire in modo autonomo e responsabile / Comunicare / Collaborare e partecipare					
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 Salto in alto Getto del peso Salto in lungo da fermo	Corsa Salti e balzi Getto del peso	Azioni e esercitazioni individuali, a coppie mantenendo il distanziamento o di due metri.	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 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 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 adeguato a tutelare la propria salute 				

