



PIANO DI LAVORO a.s.2023/24
MATERIA: **Scienze motorie**

Docente: **Sara Salvini**
Classe: **2BSA**

PIANIFICAZIONI DI UDA PER ARGOMENTI

UDA_1_ATLETICA	
Introduzione della disciplina, cenni storici, Regolamento e Approfondimento sulle corse e salti	
FASE APPLICAZIONE	DI Tutto l'anno scolastico, Avendo una turnazione degli spazi palestra.
TEMPI:	/
COMPETENZE TRASVERSALI	Progettare. Agire in modo autonomo e responsabile. Risolvere problemi. Individuare collegamenti e relazioni. Acquisire e interpretare informazioni.
OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO	La percezione di sé e il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive. Lo sport, le regole e il fair play. Collaborare e partecipare.
CONOSCENZE	Conoscere i principi base, le sue funzioni fisiologiche e l'importanza come prevenzioni degli infortuni. Conoscere le specialità dell'atletica. Conoscere differenti andature di riscaldamento. Conoscere la tecnica della corsa con partenza dai blocchi.
ABILITÀ	Saper effettuare diverse andature tecniche. Saper rispondere in termini di movimento ad uno stimolo acustico. Saper saltare in differenti modi.
COMPETENZE	Trovare le giuste strategie e adattare ad ogni situazione. Correre una distanza minima. Effettuare una partenza dai blocchi dopo stimolo acustico. Valicare l'asticella del salto in alto con la tecnica dorsale (Fosbury) e a "forbice". Effettuare il salto in lungo con rincorsa nella specifica buca.
STRUMENTI	Attrezzi. Approfondimenti di Classe e Personali
METODOLOGIE	Classe capovolta. Lezioni pratiche: propedeutica dei fondamentali della disciplina. Metodi deduttivi: Prescrittivo, Misto, Assegnazione dei compiti. Metodi Induttivi: Problem solving, Libera esplorazione, Scoperta guidata. Cooperative learning.
AMBIENTI-SPAZI	Palestra. Aula. Ambiente naturale.
RISORSE	Risorse Umane: docente curriculare
VALUTAZIONE	Valutazioni Scritte e/o Orali. Autovalutazioni sul miglioramento del gesto motorio, sul grado di partecipazione, impegno e interesse. Saranno valutati positivamente il senso di iniziativa, di responsabilità, il rispetto delle regole e dei compagni. Valutazione pratica.



UDA_2_NUOTO	
Introduzione della disciplina, cenni storici, Regolamento, Acquaticità, prime propulsioni in acqua	
FASE APPLICAZIONE	DI Tutto l'anno scolastico, Avendo una turnazione degli spazi palestra.
TEMPI:	/
COMPETENZE TRASVERSALI	Progettare. Agire in modo autonomo e responsabile. Risolvere problemi. Individuare collegamenti e relazioni. Acquisire e interpretare informazioni. Collaborare e partecipare.
OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO	La percezione di sé e il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive. Lo sport, le regole e il fair play. Relazione con l'ambiente naturale muoversi in ambiente acquatico
CONOSCENZE	Conoscere le regole e i fondamentali. Conoscere gli aspetti tecnico-tattici. Conoscere la tecnica del crawl, del dorso, della rana e del delfino (cenni). Conoscere gli esercizi propedeutici.
ABILITÀ	Partecipare attivamente nella pratica assumendo ruoli e responsabilità tattiche. Elaborare autonomamente e in gruppo strategie di nuoto. Effettuare il galleggiamento in modo autonomo. Saper effettuare gli stili: crawl, dorso e rana in modo autonomo. Saper effettuare la propedeutica del delfino. Saper effettuare la partenza e la virata.
COMPETENZE	Accettare e rispettare i compagni. Integrarsi nel gruppo di cui si condividono e rispettano le regole. Assumere responsabilità delle proprie azioni all'interno del gruppo. Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di pratica. Utilizzare il materiale specifico in modo idoneo e sicuro. Individuare i comportamenti e le misure di sicurezza da rispettare durante le lezioni. Saper adottare strategie migliori per effettuare una buona tecnica di nuoto e galleggiamento. Effettuare la respirazione acquatica conforme allo stile richiesto.
STRUMENTI	Attrezzi. Libro. Approfondimenti di Classe e Personali
METODOLOGIE	Classe capovolta. Lezioni pratiche: propedeutica dei fondamentali di nuoto. Simulazione della partenza e della virata con o senza adattamenti. Metodi deduttivi: Prescrittivo, Misto, Assegnazione dei compiti. Metodi Induttivi: Problem solving, Libera esplorazione, Scoperta guidata. Cooperative learning. Lezione frontale teorica.
AMBIENTI-SPAZI	Piscina
RISORSE	Risorse Umane: docente curriculare
VALUTAZIONE	Test motori. Valutazioni Scritte e/o Orali. Compito scritto o Interrogazione. Autovalutazioni sul miglioramento del gesto motorio, sul grado di partecipazione, impegno e interesse. Saranno valutati positivamente il senso d'iniziativa, di responsabilità, il rispetto delle regole e dei compagni. Valutazione pratica sullo sport.



UDA_3_BASKET

Introduzione della disciplina, cenni storici, Regolamento, Fondamentali Tecnici Tattici e fisici della disciplina.	
FASE APPLICAZIONE	DI Tutto l'anno scolastico, Avendo una turnazione degli spazi palestra.
TEMPI:	/
COMPETENZE TRASVERSALI	Progettare. Agire in modo autonomo e responsabile. Risolvere problemi. Individuare collegamenti e relazioni. Acquisire e interpretare informazioni. Collaborare e partecipare.
OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO	La percezione di sé e il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive. Lo sport, le regole e il fair play.
CONOSCENZE	Conoscere le regole e i fondamentali. Conoscere gli aspetti tecnico-tattici. Conoscere i ruoli nel gioco e le caratteristiche necessarie a ricoprire ogni ruolo.
ABILITÀ	Partecipare attivamente nel gioco, assumendo ruoli e responsabilità tattiche. Elaborare autonomamente e in gruppo strategie di gioco. Partecipare e collaborare con i compagni per il raggiungimento di uno scopo comune
COMPETENZE	Accettare e rispettare i compagni. Integrarsi nel gruppo di cui si condividono e rispettano le regole. Assumere responsabilità delle proprie azioni all'interno del gruppo. Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di pratica. Assumere i diversi ruoli. Riflettere sulle scelte e le conseguenze che queste hanno nella risoluzione del problema. Identificare punti di forza e di debolezza. Affrontare la competizione in modo critico e gli avversari in modo rispettoso.
STRUMENTI	Attrezzi. Libro. Approfondimenti di Classe e Personali
METODOLOGIE	Lezioni pratiche: propedeutica dei fondamentali di gioco. Simulazione della partita con adattamenti (3vs.3 e 4vs.4). Metodi deduttivi: Prescrittivo, Misto, Assegnazione dei compiti. Metodi Induttivi: Problem solving, Libera esplorazione, Scoperta guidata. Cooperative learning. Lezione teorica frontale.
AMBIENTI-SPAZI	Palestra. Campi esterni.
RISORSE	Risorse Umane: docente curriculare
VALUTAZIONE	Test motori. Autovalutazioni sul miglioramento del gesto motorio, sul grado di partecipazione, impegno e interesse. Saranno valutati positivamente il senso d'iniziativa, di responsabilità, il rispetto delle regole e dei compagni. Valutazione pratica sul gioco.



UDA_4_PALLAVOLO

Introduzione della disciplina, cenni storici, Regolamento, Fondamentali Tecnici Tattici e fisici della disciplina.	
FASE APPLICAZIONE	DI Tutto l'anno scolastico, Avendo una turnazione degli spazi palestra.
TEMPI:	/
COMPETENZE TRASVERSALI	Risolvere problemi. Acquisire e interpretare le informazioni. Collaborare e partecipare.
OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO	Lo sport, le regole e il fair play.
CONOSCENZE	Conoscere le regole e i fondamentali. Conoscere gli aspetti tecnico-tattici. Conoscere i ruoli nel gioco e le caratteristiche necessarie a ricoprire ogni ruolo.
ABILITÀ	Partecipare attivamente nel gioco, assumendo ruoli e responsabilità tattiche. Elaborare autonomamente e in gruppo strategie di gioco. Partecipare e collaborare con i compagni per il raggiungimento di uno scopo comune
COMPETENZE	Accettare e rispettare i compagni. Integrarsi nel gruppo di cui si condividono e rispettano le regole. Assumere responsabilità delle proprie azioni all'interno del gruppo. Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di pratica. Assumere i diversi ruoli. Riflettere sulle scelte e le conseguenze che queste hanno nella risoluzione del problema. Identificare punti di forza e di debolezza. Affrontare la competizione in modo critico e gli avversari in modo rispettoso. Organizzare tornei e/o gare.
STRUMENTI	Attrezzi. Libro. Quaderno. Appunti. Classroom e tutti gli applicativi di Google. Approfondimenti di Classe e Personali
METODOLOGIE	Lezioni pratiche: propedeutica dei fondamentali di gioco. Simulazione della partita con e senza adattamenti. Metodi deduttivi: Prescrittivo, Misto, Assegnazione dei compiti. Metodi Induttivi: Problem solving, Libera esplorazione, Scoperta guidata. Cooperative learning. Lezione frontale teorica.
AMBIENTI-SPAZI	Palestra. Campi esterni.
RISORSE	Risorse Umane: docente curriculare
VALUTAZIONE	Autovalutazioni sul miglioramento del gesto motorio, sul grado di partecipazione, impegno e interesse. Saranno valutati positivamente il senso d'iniziativa, di responsabilità, il rispetto delle regole e dei compagni. Valutazione pratica sul gioco.



UDA_5_CALCIO

Introduzione della disciplina, cenni storici, Regolamento, Fondamentali Tecnici Tattici e fisici della disciplina.	
FASE APPLICAZIONE	DI Tutto l'anno scolastico, Avendo una turnazione degli spazi palestra.
TEMPI:	/
COMPETENZE TRASVERSALI	Risolvere problemi. Acquisire e interpretare le informazioni. Collaborare e partecipare.
OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO	Lo sport, le regole e il fair play.
CONOSCENZE	Conoscere le regole e i fondamentali. Conoscere gli aspetti tecnico-tattici. Conoscere i ruoli nel gioco e le caratteristiche necessarie a ricoprire ogni ruolo.
ABILITÀ	Partecipare attivamente nel gioco, assumendo ruoli e responsabilità tattiche. Elaborare autonomamente e in gruppo strategie di gioco. Partecipare e collaborare con i compagni per il raggiungimento di uno scopo comune
COMPETENZE	Accettare e rispettare i compagni. Integrarsi nel gruppo di cui si condividono e rispettano le regole. Assumere responsabilità delle proprie azioni all'interno del gruppo. Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di pratica. Assumere i diversi ruoli. Riflettere sulle scelte e le conseguenze che queste hanno nella risoluzione del problema. Identificare punti di forza e di debolezza. Affrontare la competizione in modo critico e gli avversari in modo rispettoso. Organizzare tornei e/o gare.
STRUMENTI	Attrezzi. Approfondimenti di Classe e Personali
METODOLOGIE	Lezioni pratiche: propedeutica dei fondamentali di gioco. Simulazione della partita con e senza adattamenti. Metodi deduttivi: Prescrittivo, Misto, Assegnazione dei compiti. Metodi Induttivi: Problem solving, Libera esplorazione, Scoperta guidata. Cooperative learning. Lezione frontale teorica.
AMBIENTI-SPAZI	Palestra. Campi esterni.
RISORSE	Risorse Umane: docente curriculare
VALUTAZIONE	Autovalutazioni sul miglioramento del gesto motorio, sul grado di partecipazione, impegno e interesse. Saranno valutati positivamente il senso d'iniziativa, di responsabilità, il rispetto delle regole e dei compagni. Valutazione pratica sul gioco.



UDA_6_TENNIS-TAVOLO

Introduzione della disciplina, cenni storici, Regolamento, Fondamentali Tecnici Tattici e fisici della disciplina.

FASE APPLICAZIONE	DI	Tutto l'anno scolastico, Avendo una turnazione degli spazi palestra.
TEMPI:		/
COMPETENZE TRASVERSALI		Risolvere problemi. Acquisire e interpretare le informazioni. Collaborare e partecipare.
OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO		Lo sport, le regole e il fair play.
CONOSCENZE		Conoscere le regole e i fondamentali. Conoscere gli aspetti tecnico-tattici. Conoscere i ruoli nel gioco e le caratteristiche necessarie a ricoprire ogni ruolo.
ABILITÀ		Partecipare attivamente nel gioco, assumendo ruoli e responsabilità tattiche. Elaborare autonomamente e in gruppo strategie di gioco. Partecipare e collaborare con i compagni per il raggiungimento di uno scopo comune
COMPETENZE		Accettare e rispettare i compagni. Integrarsi nel gruppo di cui si condividono e rispettano le regole. Assumere responsabilità delle proprie azioni all'interno del gruppo. Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di pratica. Assumere i diversi ruoli. Riflettere sulle scelte e le conseguenze che queste hanno nella risoluzione del problema. Identificare punti di forza e di debolezza. Affrontare la competizione in modo critico e gli avversari in modo rispettoso. Organizzare tornei e/o gare.
STRUMENTI		Attrezzi. Approfondimenti di Classe e Personali
METODOLOGIE		Lezioni pratiche: propedeutica dei fondamentali di gioco. Simulazione della partita con e senza adattamenti. Metodi deduttivi: Prescrittivo, Misto, Assegnazione dei compiti. Metodi Induttivi: Problem solving, Libera esplorazione, Scoperta guidata. Cooperative learning. Lezione frontale teorica.
AMBIENTI-SPAZI		Palestra.
RISORSE		Risorse Umane: docente curriculare
VALUTAZIONE		Autovalutazioni sul miglioramento del gesto motorio, sul grado di partecipazione, impegno e interesse. Saranno valutati positivamente il senso d'iniziativa, di responsabilità, il rispetto delle regole e dei compagni. Valutazione pratica sul gioco.



UDA_7_POTENZIAMENTO FISILOGICO	
Introduzione della disciplina, cenni storici, Regolamento, Fondamentali Tecnici Tattici e fisici della disciplina.	
FASE APPLICAZIONE	DI Tutto l'anno scolastico, Avendo una turnazione degli spazi palestra.
TEMPI:	/
COMPETENZE TRASVERSALI	Risolvere problemi. Acquisire e interpretare le informazioni. Progettare. Individuare collegamenti e relazioni.
OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO	Salute, benessere, prevenzione e sicurezza.
CONOSCENZE	Conoscere gli esercizi utili a prevenire disequilibri alla colonna vertebrale. Conoscere gli esercizi di stretching per la colonna vertebrale. Conoscere gli esercizi volti a potenziare la cintura addominale.
ABILITÀ	Assumere comportamenti idonei al perseguimento del proprio benessere
COMPETENZE	Utilizzare le proprie conoscenze e abilità per realizzare una performance motoria. Consolidare le capacità coordinative e condizionali realizzando movimenti complessi. Progettare e realizzare il miglioramento del proprio livello di fitness in base ai risultati di test di valutazione.
STRUMENTI	Attrezzi. Libro. Classroom e tutti gli applicativi di Google. Approfondimenti di Classe e Personali
METODOLOGIE	Lezioni pratiche: propedeutica dei fondamentali di gioco. Simulazione della partita con e senza adattamenti. Metodi deduttivi: Prescrittivo, Misto, Assegnazione dei compiti. Metodi Induttivi: Problem solving, Libera esplorazione, Scoperta guidata. Cooperative learning.
AMBIENTI-SPAZI	Palestra.
RISORSE	Risorse Umane: docente curriculare
VALUTAZIONE	Autovalutazioni sul miglioramento del gesto motorio, sul grado di partecipazione, impegno e interesse. Valutazione pratica.



UDA_8_DODGEBALL

Introduzione della disciplina, cenni storici, Regolamento, Fondamentali Tecnici Tattici e fisici della disciplina.

FASE DI APPLICAZIONE	Tutto l'anno scolastico, Avendo una turnazione degli spazi palestra.
TEMPI:	/
COMPETENZE TRASVERSALI	Risolvere problemi. Acquisire e interpretare le informazioni. Collaborare e partecipare.
OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO	Lo sport, le regole e il fair play.
CONOSCENZE	Conoscere le regole e i fondamentali. Conoscere gli aspetti tecnico-tattici. Conoscere i ruoli nel gioco e le caratteristiche necessarie a ricoprire ogni ruolo.
ABILITÀ	Partecipare attivamente nel gioco, assumendo ruoli e responsabilità tattiche. Elaborare autonomamente e in gruppo strategie di gioco. Partecipare e collaborare con i compagni per il raggiungimento di uno scopo comune
COMPETENZE	Accettare e rispettare i compagni. Integrarsi nel gruppo di cui si condividono e rispettano le regole. Assumere responsabilità delle proprie azioni all'interno del gruppo. Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di pratica. Assumere i diversi ruoli. Riflettere sulle scelte e le conseguenze che queste hanno nella risoluzione del problema. Identificare punti di forza e di debolezza. Affrontare la competizione in modo critico e gli avversari in modo rispettoso. Organizzare tornei e/o gare.
STRUMENTI	Attrezzi. Approfondimenti di Classe e Personali
METODOLOGIE	Lezioni pratiche: propedeutica dei fondamentali di gioco. Simulazione della partita con e senza adattamenti. Metodi deduttivi: Prescrittivo, Misto, Assegnazione dei compiti. Metodi Induttivi: Problem solving, Libera esplorazione, Scoperta guidata. Cooperative learning. Lezione frontale teorica.
AMBIENTI-SPAZI	Palestra.
RISORSE	Risorse Umane: docente curriculare.
VALUTAZIONE	Autovalutazioni sul miglioramento del gesto motorio, sul grado di partecipazione, impegno e interesse. Saranno valutati positivamente il senso d'iniziativa, di responsabilità, il rispetto delle regole e dei compagni. Valutazione pratica sul gioco.



UDA_9_FOOBASKILL

Introduzione della disciplina, cenni storici, Regolamento, Fondamentali Tecnici Tattici e fisici della disciplina.

FASE APPLICAZIONE	DI	Secondo quadrimestre.
TEMPI:		2h
COMPETENZE TRASVERSALI		Risolvere problemi. Acquisire e interpretare le informazioni. Collaborare e partecipare.
OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO	DI	Lo sport, le regole e il fair play.
CONOSCENZE		Conoscere le regole e i fondamentali. Conoscere gli aspetti tecnico-tattici. Conoscere i ruoli nel gioco e le caratteristiche necessarie a ricoprire ogni ruolo.
ABILITÀ		Partecipare attivamente nel gioco, assumendo ruoli e responsabilità tattiche. Elaborare autonomamente e in gruppo strategie di gioco. Partecipare e collaborare con i compagni per il raggiungimento di uno scopo comune
COMPETENZE		Accettare e rispettare i compagni. Integrarsi nel gruppo di cui si condividono e rispettano le regole. Assumere responsabilità delle proprie azioni all'interno del gruppo. Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di pratica. Assumere i diversi ruoli. Riflettere sulle scelte e le conseguenze che queste hanno nella risoluzione del problema. Identificare punti di forza e di debolezza. Affrontare la competizione in modo critico e gli avversari in modo rispettoso. Organizzare tornei e/o gare.
STRUMENTI		Attrezzi. Approfondimenti di Classe e Personali
METODOLOGIE		Lezioni pratiche: propedeutica dei fondamentali di gioco. Simulazione della partita con e senza adattamenti. Metodi deduttivi: Prescrittivo, Misto, Assegnazione dei compiti. Metodi Induttivi: Problem solving, Libera esplorazione, Scoperta guidata. Cooperative learning. Lezione frontale teorica.
AMBIENTI-SPAZI		Palestra. Ambiente naturale esterno
RISORSE		Risorse Umane: docente curriculare.
VALUTAZIONE		Autovalutazioni sul miglioramento del gesto motorio, sul grado di partecipazione, impegno e interesse. Saranno valutati positivamente il senso d'iniziativa, di responsabilità, il rispetto delle regole e dei compagni. Valutazione pratica sul gioco.



UDA_10_PALLATAMBURELLO

Introduzione della disciplina, cenni storici, Regolamento, Fondamentali Tecnici Tattici e fisici della disciplina.	
FASE DI APPLICAZIONE	Tutto l'anno scolastico, Avendo una turnazione degli spazi palestra.
TEMPI:	/
COMPETENZE TRASVERSALI	Risolvere problemi. Acquisire e interpretare le informazioni. Collaborare e partecipare.
OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO	Lo sport, le regole e il fair play.
CONOSCENZE	Conoscere le regole e i fondamentali. Conoscere gli aspetti tecnico-tattici. Conoscere i ruoli nel gioco e le caratteristiche necessarie a ricoprire ogni ruolo.
ABILITÀ	Partecipare attivamente nel gioco, assumendo ruoli e responsabilità tattiche. Elaborare autonomamente e in gruppo strategie di gioco. Partecipare e collaborare con i compagni per il raggiungimento di uno scopo comune
COMPETENZE	Accettare e rispettare i compagni. Integrarsi nel gruppo di cui si condividono e rispettano le regole. Assumere responsabilità delle proprie azioni all'interno del gruppo. Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di pratica. Assumere i diversi ruoli. Riflettere sulle scelte e le conseguenze che queste hanno nella risoluzione del problema. Identificare punti di forza e di debolezza. Affrontare la competizione in modo critico e gli avversari in modo rispettoso. Organizzare tornei e/o gare.
STRUMENTI	Attrezzi. Approfondimenti di Classe e Personali
METODOLOGIE	Lezioni pratiche: propedeutica dei fondamentali di gioco. Simulazione della partita con e senza adattamenti. Metodi deduttivi: Prescrittivo, Misto, Assegnazione dei compiti. Metodi Induttivi: Problem solving, Libera esplorazione, Scoperta guidata. Cooperative learning. Lezione frontale teorica.
AMBIENTI-SPAZI	Palestra. Ambiente naturale esterno
RISORSE	Risorse Umane: docente curriculare.
VALUTAZIONE	Autovalutazioni sul miglioramento del gesto motorio, sul grado di partecipazione, impegno e interesse. Saranno valutati positivamente il senso d'iniziativa, di responsabilità, il rispetto delle regole e dei compagni. Valutazione pratica sul gioco.



UDA_11_WING TSUNG

Introduzione della disciplina, cenni storici, Regolamento, Fondamentali Tecnici Tattici e fisici della disciplina.

FASE APPLICAZIONE	DI	Secondo quadrimestre
TEMPI:		2h
COMPETENZE TRASVERSALI		Risolvere problemi. Acquisire e interpretare le informazioni. Collaborare e partecipare.
OBIETTIVI SPECIFICI APPRENDIMENTO	DI	Lo sport, le regole e il fair play.
CONOSCENZE		Conoscere le regole e i fondamentali. Conoscere gli aspetti tecnico-tattici.
ABILITÀ		Partecipare attivamente, assumendo ruoli e responsabilità tattiche. Partecipare e collaborare con i compagni per il raggiungimento di uno scopo comune
COMPETENZE		Accettare e rispettare i compagni. Integrarsi nel gruppo di cui si condividono e rispettano le regole. Assumere responsabilità delle proprie azioni all'interno del gruppo. Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di pratica. Riflettere sulle scelte e le conseguenze che queste hanno nella risoluzione del problema. Identificare punti di forza e di debolezza. Affrontare la competizione in modo critico e gli avversari in modo rispettoso.
STRUMENTI		/
METODOLOGIE		Lezioni pratiche: propedeutica dei fondamentali. Metodi deduttivi: Prescrittivo, Misto, Assegnazione dei compiti. Metodi Induttivi: Problem solving, Libera esplorazione, Scoperta guidata. Cooperative learning. Lezione frontale teorica.
AMBIENTI-SPAZI		Palestra.
RISORSE		Risorse Umane: docente extra-curriculare.
VALUTAZIONE		/



UDA_12_ORIENTEERING

Regolamento, Approfondimento Fondamentali Tecnici Tattici e fisici della disciplina

FASE APPLICAZIONE	DI	Secondo quadrimestre. Maggio
TEMPI:		5 h
COMPETENZE TRASVERSALI		Progettare. Agire in modo autonomo e responsabile. Risolvere problemi. Individuare collegamenti e relazioni. Acquisire e interpretare informazioni.
OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO		La percezione di sé e il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive. Lo sport, le regole e il fair play. Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico.
CONOSCENZE		Conoscere le attività in ambiente naturale e le loro caratteristiche. Conoscere le norme di sicurezza nei vari ambienti. Conoscere la simbologia principale di orientamento anche attraverso l'utilizzo della legenda. Conoscere il regolamento dell'Orienteering. Conoscere l'abbigliamento adatto (tuta e scarpe con suola scolpita) e i materiali utili (mappa topografica e bussola) per lo svolgimento delle esercitazioni e della pratica dell'Orienteering. Conoscere i pericoli in cui ci si può imbattere in ambiente naturale.
ABILITA		Adeguare abbigliamento e attrezzature alle diverse attività e alle condizioni meteo. Muoversi in sicurezza in diversi ambienti. Saper orientare una carta. Sapersi orientare con una carta e una bussola. Riuscire a rappresentare il percorso sulla cartina topografica. Riuscire a seguire il percorso evidenziato sulla mappa, raggiungendo i punti di controllo (lanterne) nell'ordine stabilito. Sapersi confrontare con i compagni della squadra. Saper concludere il percorso nel minor tempo possibile.
COMPETENZE		Individuare ed elencare in ordine d'importanza i comportamenti e le misure di sicurezza da rispettare durante l'uscita prescelta. Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (bussole, mappe). Saper realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e di partecipazione in forma propositiva. Imparare a rispettare l'ambiente circostante. Sviluppare le capacità di osservazione e di percezione degli spazi. Aumentare lo spirito di collaborazione e di condivisione, proponendo strategie e tattiche utili al raggiungimento dello scopo comune. Saper adottare comportamenti appropriati per la propria sicurezza e quella dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.
STRUMENTI		Attrezzi. Dispense. Dispositivi digitali.
METODOLOGIE		Lezione frontale. Lezioni pratiche. Lavori in gruppo.
AMBIENTI-SPAZI		Ambiente naturale (Doganaccia)
RISORSE		Risorse Umane: docente extra-curriculare.
VALUTAZIONE		Autovalutazioni sul miglioramento del gesto motorio, sul grado di partecipazione, impegno e interesse. Saranno valutati positivamente il senso d'iniziativa, di responsabilità, il rispetto delle regole e dei compagni.