

FUTURA

LA SCUOLA PER L'ITALIA DI DOMANI



*Liceo Scientifico
Liceo Artistico*

LICEO STATALE "ALESSANDRO SERPIERI"
Via Sacramora 52 – 47922 Rimini – CF 91150430402
Tel. 0541 733150 – Fax 0541 449690 – <http://www.liceoserpieri.edu.it>
email: RNPS05000C@istruzione.it – pec: rnps05000c@pec.istruzione.it

Anno scolastico 2024/2025

Docente	Maura Moroni
Disciplina	Scienze Motorie e Sportive
Classe	2 P

OBIETTIVI DELLA PROGRAMMAZIONE/OBIETTIVI RAGGIUNTI

In relazione alla programmazione curricolare, sono stati raggiunti i seguenti obiettivi generali :

- Generale miglioramento delle qualità motorie individuali (capacità coordinative e capacità condizionali)
- Interesse verso l'esercizio fisico non solo come educazione pre-sportiva ma come educazione al corpo, indispensabile per affrontare gli impegni posti dalla normale vita di relazione.
- Consapevolezza delle differenze esistenti tra preparazione generale e specifica, del significato e dell'importanza della fase di riscaldamento prima di ogni attività, di defaticamento, di potenziamento ed allungamento muscolare e di rilassamento al termine di ogni attività.
- Conoscenza e consapevolezza delle norme di comportamento ai fini della prevenzione degli infortuni e della tutela della salute.
- Socializzazione e rispetto tra i componenti la classe, sviluppo delle qualità personali del carattere e della socialità.

METODOLOGIE DIDATTICHE

- Lavoro a piccolo e grande gruppo (attività pratica e teorica)
- Lavoro a Flipped Class (attività pratica e teorica)
- Cooperative Learning

MATERIALI E STRUMENTI DIDATTICI UTILIZZATI

- Libro di testo: "Tempo di Sport" – Autori: Pier Luigi Del Nista e Andrea Tasselli – D'Anna editore
- Dispense fornite dal docente.
- Presentazioni realizzate tramite il software Power Point.
- Appunti e mappe concettuali.
- Lavagna Interattiva Multimediale.

TIPOLOGIA DELLE PROVE DI VERIFICA UTILIZZATE E CRITERI DI VALUTAZIONE

- Verifiche pratiche
- Test a risposta multipla
- Test a risposta aperta
- In totale : 2 verifiche orali e 2 pratiche nel primo trimestre e 2 orali e 3 pratiche nel pentamestre

Gli elementi fondamentali per la valutazione finale sono stati:

- La situazione di partenza;
- i progressi rispetto alla situazione iniziale;
- gli obiettivi raggiunti;
- risultati interclasse (nelle prove pratiche), individuali, di squadra, di piccolo gruppo.
- l'interesse e la partecipazione durante le attività in classe;
- l'impegno nel lavoro domestico e il rispetto delle consegne.

CONTENUTI DEL PROGRAMMA EFFETTIVAMENTE SVOLTO

(in ordine decrescente)

ATLETICA getto del peso. Verifica teorico pratica- Classifica interclasse maschi (kg 4) e femmine (kg 3)	
--	--

ATLETICA LEGGERA - LANCI (Getto del peso) - Lezione teorico-pratica. Riscaldamento mirato: parte generale e parte specifica. Fasi della tecnica O' Brien. Caricamento, traslocazione, rotazione, getto. Prove di "getto" dalla pedana regolare. (Continuazione lavoro lezione precedente).	
--	--

ATLETICA LEGGERA - LANCI (Getto del peso) - Lezione teorico-pratica. Riscaldamento mirato: parte generale e parte specifica. Fasi della tecnica O' Brien. Caricamento, traslocazione, rotazione, getto. Prove di "getto" dalla pedana regolare.

La pedana. regolamento. Capacita' condizionali e coordinative del lanciatore. Propedeutica: Esercizi con la palla medica. Esercizi di lancio (con pallina da tennis e con palla medica da 3 Kg).

Attivita' OUTDOOR - Classe divisa in 2 gruppi di lavoro (calcio a 5 e beach volley)

ULTIMATE FRISBEE - test suggerimento - idee sulla Gender Equity in 2P e al Liceo Serpieri. Prova scritta valida per valutazione orale. Pratica: attivita' outdoor

ULTIMATE FRISBEE . Teoria: le donne nello sport. Visione di video in merito. Gender equity in ambito sportivo Pratica. Esercizi a coppie per migliorare i fondamentali. Gare di velocità col frisbee

ULTIMATE FRISBEE - Classe divisa in 3 gruppi di lavoro. Proposta di esercizi mirati all'acquisizione dei fondamentali: 3 dita lungo, dritto e rovescio. Continuazione torneo interclasse a 4 squadre

ULTIMATE FRISBEE - Teoria: lezione per immagini (video relativi a campioni olimpici) , tema : il valore della sconfitta e il valore della vittoria. Pratica: continuazione torneo interclasse a 4 squadre

ULTIMATE FRISBEE - Teoria: verifica stampa dispense (compito a casa). Valori e disvalori nello sport. Tifo sano. Decalogo sport etico . Pratica: torneo partite interclasse

ULTIMATE FRISBEE - Illustrazione programmazione. Formazione nuove squadre. Ripasso con partite a 4 squadre

ACROSPORT. Coreografia su base musicale. Valutazioni pratiche

ACROSPORT. strutturazione parte coreografica su base musicale - assemblaggio figure a 2, a 3 , a 4 , a 5 e piramide con collegamenti artistici.

ACROSPORT - figure a 5 elementi , piramidi

ACROSPORT. Verifica scritta valida per valutazione orale. Pratica; attivazione, composizione elementi tratti dalla ginnastica artistica (capovolta avanti, pennello, candela e risalita, sforbiciata su base ritmica). Figure a 4 elementi. Valutazioni pratiche

ACROSPORT - Strutturazione figure a 3 elementi. Ripasso figure a 2. Entrata coreografica. tramite tecnica del "rallenty"

ACROSPORT: Attivazione, preparazione generale, preparazione specifica con ripresa elementi di ginnastica artistica (capovolta avanti, sforbiciata, slanci). Individuazione ruoli (portatore e volteggiatore) e composizione delle coppie di lavoro. Figure a 2 elementi (piu' figure in tenuta equilibrio statico 8 sec.). Salita e discesa dalle figure.

Teoria: Verifiche "capacita' coordinative" (test scritto valido per valutazione orale).

Pratica: ultimazione test d'ingresso sulla coordinazione. Teoria: Verifica scritta valida per valutazione orale relativa ad argomenti svolti fin qui. Interpretazione risultati test coordinazione in relazione a tabelle libro di testo. Valutazioni pratiche. Introduzione teorica disciplina sportiva ACROSPORT

Teoria: impostazione lavoro Acrosport in vista di performance artistica e coreografia. Pratica. Test d'ingresso capacita' coordinative. Coordinazione oculo-podalica: slalom conduzione palla , a tempo . esecuzione in linea con spiegazione libro di testo.

Teoria: ABC del movimento:ripasso schemi motori di base, capacita' motorie di base (condizionali e coordinative). Capacita' coordinative: coordinazione, equilibrio (statico, dinamico, in volo). Schema corporeo, lateralita', organizzazione pspazio-temporale. Pratica. Test d'ingresso capacita' coordinative. Coordinazione: salto della funicella, slalom in palleggio con cambio di mano : resistenzaa. Esecuzione e autovalutazione in linea con le indicazioni libro di testo.

Attivita' outdoor (spiaggia). Classe suddivisa in 3 gruppi di lavoro (beach volley, beach tennis, calcio in battigia)

Ripasso e condivisione delle regole di fruizione dell'impianto sportivo scolastico ed extrascolastico. Sopralluogo aree di lavoro (palestra, spiaggia-outdoor). Attivita' outdoor (spiaggia). Classe suddivisa in 3 gruppi di lavoro (beach volley, beach tennis, calcio in battigia)

EDUCAZIONE CIVICA

10/02/2025 - ULTIMATE FRISBEE - Teoria: Autoarbitraggio (rispetto, fair play, uguaglianza, inclusione). Gender Equity nello sport - Visione del video "Come una ragazza" - Classe suddivisa in gruppi. Lavoro di gruppo sulla base di compiti assegnati: barriere per le donne nello sport

10/02/2025 - Problem solving. Trovare soluzioni alle barriere individuate: visibilità, appetibilità commerciale, remunerazione economica, gravidanza, la donna nella storia dello sport, scarsa possibilità di scelta dell'ambito in cui giocare al femminile

24/02/2025 - ULTIMATE FRISBEE - Teoria. Lavoro a piccoli gruppi. SOTG (Spirito del gioco) e gender equity

10/03/2025 verifiche orali

28/03/2025
Studio autonomo

07/04/2025 - ULTIMATE FRISBEE - Teoria: i criteri di valutazione dello Spirito del Gioco applicati alla disciplina sportiva praticata e riflessioni sul impiego nella vita comune. (Lavoro a squadre)

07/04/2025 - ULTIMATE FRISBEE. Pratica: Applicazione dello SOTG nel torneo interclasse a 4 squadre

07/04/2025 - ULTIMATE FRISBEE Pratica: continuazione torneo interclasse a 4 squadre

14/04/2025 - SPIRITO DEL GIOCO (dall'Ultimate Frisbee al quotidiano), come trasferire i valori della valutazione degli altri nella classe e nella vita

INDICAZIONI PER IL RECUPERO DEL DEBITO E/O RAFFORZAMENTO

Qualora ci fossero alunni con debito, questi devono ristudiare ed approfondire le tematiche trattate (in chiave solo teorica e non pratica)

Rimini, 6 giugno 2025

Docente Maura Moroni

Gli alunni

.....

.....

.....