

SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Prof. Cesare Emanuele Ratti

Libro di testo di riferimento: Fiorini, Coretti, Bocchi "Più Movimento"- Marietti Scuola

Unità didattiche

Modulo didattico: Baseball

Macroambito di competenza: lo sport, le regole, il fair play.

Competenze: cooperare in gruppo valorizzando le propensioni individuali e l'attitudine a ruoli definiti

Abilità: partecipare e collaborare con i compagni per il raggiungimento di uno scopo comune

Contenuti specifici: Baseball. Fase tecnica: lanci, battute, circuito rapidità su diamante. Fase di gioco.

Modulo didattico: Basketball

Macroambito di competenza: lo sport, le regole, il fair play.

Competenze: praticare lo sport, approfondendo tecnica e tattica

Abilità: eseguire e controllare i fondamentali individuali, partecipare e collaborare con i compagni per il raggiungimento di uno scopo comune.

Contenuti specifici: Basketball: tecnica del tiro (arresto e tiro, arresto-salto e tiro, terzo tempo) e del palleggio. T- test. Situazioni di gioco.

Modulo didattico: le corse ad ostacoli.

Macroambito di competenza: la percezione di sé e lo sviluppo funzionale delle capacità motorie.

Competenze: realizzare movimenti complessi in relazione ad una maggior padronanza di sé.

Abilità: riprodurre schemi motori complessi.

Contenuti specifici: Indicazioni tecniche e cenni di biomeccanica. Tecnica: la gamba di attacco, la gamba di richiamo, le distanze. 60 metri hs.

Modulo didattico: I giochi d' invasione

Macroambito di competenza: lo sport, le regole, il fair play.

Competenze: sperimentare l'evoluzione dei gesti tecnici e una partecipazione attiva in nuovi giochi sportivi.

Abilità: incrementare l'abilità nei fondamentali di vari sport.

Contenuti specifici: Dal Rugby al Football Australiano: introduzione teorica e pratica agli sport d' invasione. Mc Ball. La navetta tecnica.