

Ministero dell'Istruzione e del Merito

Giacomo Leopardi – Battipaglia (SA)
Istituto Paritario di Istruzione Secondaria Superiore

LICEO SCIENTIFICO nuovo ordinamento – IST. TECN. SETT. TECNOLOGICO INFORMATICA E TELECOMUNICAZIONI art. INFORMATICA
Via Belluno, 19 –Codice Meccanografico SAPS09500G – STAFVU500C

Ente gestore: DEA12 SRL Via Belluno, 19 - 84091 Battipaglia (SA) tel/fax 0828371134 mail segreteria@dea12.it direzione@dea12.it
P.IVA 06196270653 www.dea12.it

UNITÀ DI APPRENDIMENTO DISCIPLINARI

ANNO SCOLASTICO 2024/2025

INDIRIZZO: ISTITUTO TECNICO SETTORE TECNOLOGICO

INFORMATICA E TELECOMUNICAZIONI

DOCENTE: CRISTIANA ZOTTOLI

CLASSE: IV A

N. ALUNNI: 11

DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE

TITOLO UDA1	LA SALUTE E IL BENESSERE FISICO SETTEMBRE/OTTOBRE
LEZIONI UDA	LEZIONE 1 INTRODUZIONE AL CONCETTO DI SALUTE E BENESSERE LEZIONE 2 DISCUSSIONE SUI BENEFICI DELL'ATTIVITÀ LEZIONE 3 IMPORTANZA DELLA NUTRIZIONE PER MANTENERE UN BUON STATO DI SALUTE
ATTIVITA'	<ul style="list-style-type: none">• concetto di salute e benessere• benefici dell'attività fisica regolare• importanza dell'alimentazione equilibrata
CONOSCENZE E ABILITA' CHE L'UDA SI PREFIGGE DI SVILUPPARE	<ul style="list-style-type: none">• saper descrivere i concetti di salute e benessere• applicare concetti di base per mantenere uno stile di vita sano

COMPETENZE CHE L'UDA SI PREFIGGE DI SVILUPPARE	<ul style="list-style-type: none"> • comprendere l'importanza di uno stile di vita attivo per il benessere fisico e mentale • conoscere i benefici dell'attività fisica regolare e di una corretta alimentazione
VERIFICA E VALUTAZIONE	Prove scritte e valutazione delle attività pratiche in palestra

TITOLO UDA 2	ALLENAMENTO E PREVENZIONE DEGLI INFORTUNI NOVEMBRE/DICEMBRE
LEZIONI UDA	LEZIONE 1 ESERCIZI DI RISCALDAMENTO E DEFATICAMENTO LEZIONE 2 STRETCHING E POSTURA LEZIONE 3 POSTURA E PREVENZIONE
ATTIVITA'	<ul style="list-style-type: none"> • tecniche di riscaldamento e defaticamento • prevenzione degli infortuni attraverso lo stretching e la postura corretta
CONOSCENZE E ABILITA' CHE L'UDA SI PREFIGGE DI SVILUPPARE	<ul style="list-style-type: none"> • eseguire correttamente gli esercizi di riscaldamento e stretching • applicare tecniche per ridurre il rischio di infortuni
COMPETENZE CHE L'UDA SI PREFIGGE DI SVILUPPARE	<ul style="list-style-type: none"> • saper eseguire correttamente tecniche di riscaldamento e defaticamento • prevenire infortuni con un'adeguata preparazione fisica
VERIFICA E VALUTAZIONE	Prove scritte e valutazione delle attività pratiche in palestra

TITOLO UDA 3	IL FAIR PLAY GENNAIO/FEBBRAIO
LEZIONI UDA	LEZIONE 1 VALORI DEL FAIR PLAY LEZIONE 2 IMPORTANZA DEL FAIR PLAY NELLO SPORT LEZIONE 3 IL FAIR PLAY AL DI FUORI DELLO SPORT
ATTIVITA'	<ul style="list-style-type: none"> • promozione del comportamento leale nello sport

	<ul style="list-style-type: none"> • importanza del rispetto per avversari e compagni
<p>CONOSCENZE E ABILITA' CHE L'UDA SI PREFIGGE DI SVILUPPARE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • dimostrare comportamenti corretti in situazioni competitive • rispettare le regole e i partecipanti durante le attività sportive
<p>COMPETENZE CHE L'UDA SI PREFIGGE DI SVILUPPARE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • sviluppare competenze etiche nello sport • applicare i principi del fair play in attività di gruppo
<p>VERIFICA E VALUTAZIONE</p>	<p>Prove scritte e valutazione delle attività pratiche in palestra</p>

<p>TITOLO UDA 4</p>	<p>SPORT E INTEGRAZIONE SOCIALE: JESSE OWENS: IL COLORE DELLA VITTORIA MARZO/APRILE</p>
<p>LEZIONI UDA</p>	<p>LEZIONE 1 RUOLO DELLO SPORT NELL'INTEGRAZIONE SOCIALE</p> <p>LEZIONE 2 JESSE OWENS</p> <p>LEZIONE 3 PROPOSTE DI GIOCHI CHE INCORAGGIANO LA COLLABORAZIONE E L'INCLUSIONE</p>
<p>ATTIVITA'</p>	<ul style="list-style-type: none"> • analisi del ruolo dello sport nell'inclusione sociale • discussione sui temi di uguaglianza e superamento delle barriere razziali
<p>CONOSCENZE E ABILITA' CHE L'UDA SI PREFIGGE DI SVILUPPARE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • analizzare e commentare criticamente film e documentari sportivi • riconoscere i valori di uguaglianza promossi dallo sport
<p>COMPETENZE CHE L'UDA SI PREFIGGE DI SVILUPPARE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • riflettere sul ruolo dello sport nella lotta contro le discriminazioni • comprendere il valore dell'inclusione sociale attraverso lo sport
<p>VERIFICA E VALUTAZIONE</p>	<p>Prove scritte e valutazione delle attività pratiche in palestra</p>

TITOLO UDA 5	LA TERMINOLOGIA NELLE SCIENZE MOTORIE MAGGIO
LEZIONI UDA	LEZIONE 1 TERMINOLOGIA FONDAMENTALE LEZIONE 2 CAPACITA' MOTORIE LEZIONE 3 SPORT E ATTIVITA' FISICA
ATTIVITA'	<ul style="list-style-type: none"> • assi e piani del corpo umano • movimenti del corpo e la loro terminologia
CONOSCENZE E ABILITA' CHE L'UDA SI PREFIGGE DI SVILUPPARE	<ul style="list-style-type: none"> • riconoscere i principali assi e piani del corpo • descrivere correttamente i movimenti del corpo
COMPETENZE CHE L'UDA SI PREFIGGE DI SVILUPPARE	<ul style="list-style-type: none"> • comprendere e applicare la terminologia biomeccanica nelle attività fisiche
VERIFICA E VALUTAZIONE	Prove scritte e valutazione delle attività pratiche in palestra

TITOLO UDA 6	ESERCITAZIONI PRATICHE MAGGIO/GIUGNO
LEZIONI UDA	LEZIONE 1 ATTIVITA' DI RISCALDAMENTO LEZIONE 2 GIOCHI DI SQUADRA LEZIONE 3 ATTIVITA' DI FLESSIBILITA' E RECUPERO
ATTIVITA'	<ul style="list-style-type: none"> • prove pratiche di forza, resistenza e flessibilità in palestra
CONOSCENZE E ABILITA' CHE L'UDA SI PREFIGGE DI SVILUPPARE	<ul style="list-style-type: none"> • eseguire correttamente una serie di esercizi fisici rispettando i principi della biomeccanica

COMPETENZE CHE L'UDA SI PREFIGGE DI SVILUPPARE	• sviluppare capacità motorie come forza, resistenza, velocità e coordinazione
VERIFICA E VALUTAZIONE	valutazione delle attività pratiche in palestra

LUOGO E DATA

31/10/24

FIRMA DEL DOCENTE

