

Docente: Maura Moroni
Materia: Scienze Motorie e Sportive

CLASSE 2P – Programma svolto - (da registro cronologia decrescente)

Moduli: Ginnastica Artistica e TeamGym – Ultimate Frisbee – Atletica (getto del peso)

Uscite didattiche/progetti: Rimini Marathon, Erasmus Polonia - Coppa del Mondo – Europei Trampolino – Sport e Salute

30/05/2022	ATLETICA - Getto del peso - Verifica teorico-pratica di fine modulo. (Test a risposta multipla a domanda aperta -metodologia di allenamento - lanci in pedana)	
23/05/2022	ATLETICA - Getto del peso - Propedeutica lancio : esercizi mirati. Ripresa e prova delle 4 azioni: caricamento, traslocazione, rotazione e getto. Ripasso regolamento in pedana. Prove di lancio	
02/05/2022	ATLETICA - Getto Del Peso - Lavoro a 4 gruppi: metodologia di allenamento lanci, e nello specifico del Getto del Peso. La pedana, regolamento lanci nulli. Le 4 fasi del lancio: caricamento, traslocazione, rotazione e getto. Esercizi propedeutici con palla medica.	
11/04/2022	ULTIMATE FRISBEE – Valutazioni di fine modulo	
06/04/2022	PROGETTO ERASMUS POLONIA - Attivita' motoria e tornei in spiaggia (bagno n. 25) con alunni polacchi - ULTIMATE FRISBEE	
04/04/2022	TRAMPOLINO - illustrazione della disciplina - formulazione abbinamenti a coppie e assegnazione stati in vista della ricerca (Campionati Europei e Coppa del Mondo). Le discipline	
28/03/2022	ULTIMATE FRISBEE - Progetto Erasmus - Classe divisa in 4 gruppi di lavoro. Proposte di esercizi-gioco (in lingua inglese) da riproporre in data 6/4 in accoglienza alunni polacchi. Definizione di: obiettivi, tempi, modalita' comunicative, materiale impiegato, pianificazione del lavoro.	
21/03/2022	ULTIMATE FRISBEE -ULTIMATE FRISBEE - classe divisa in 4 squadre (frisbee mercato). Gioco e SOTG. Verifica in campo della conoscenza dei "segnali universali" da utilizzare durante la partita decretati dalla WFDF. Esercizi a coppie in corsa.	
14/03/2022	ULTIMATE FRISBEE - classe divisa in 2 gruppi di lavoro. esercizi per affinare i lanci in corsa. Fondamentali: tecnica del lancio rovescio. Esercizi a piccolo gruppo di attacco/difesa. Organizzazione Rimini Marathon e Paganello. Partite a 2 squadre. Illustrazione compiti per Progetto Erasmus.	
07/03/2022	ULTIMATE FRISBEE - Esercizi a coppie di familiarizzazione con l'attrezzo frisbee - Lanci a coppie statici e in corsa. Suddivisione della classe in 4 gruppi/squadre. Spiegazione dello "Spirito del Gioco" (SOTG) sulla base della compilazione del foglio di valutazione: 1) conoscenza ed applicazione delle regole, 2) Comportamento leale e corretto 3) Atteggiamento positivo ed autocontrollo 4) Comunicazione. Partite interclasse e successiva compilazione SOTG da parte di ciascuna squadra.	
28/02/2022	ULTIMATE FRISBEE - Teoria: regole e sanzioni nell'ambito di un conflitto sportivo. Passaggi a coppie usando vari tipi di lancio, con intercetto e senza, da fermi e in corsa Con sanzione alla caduta del frisbee. Pratica e t Teoria a gruppi in contemporanea: continuazione lavoro lezione precedente (a gruppi): ricerca di "soluzioni" alle problematiche emerse. Partite a 4 squadre.	
14/02/2022	ULTIMATE FRISBEE - Esercizi: 10 passaggi a coppie, 15 passaggi e 1 intercetto con varie disposizioni spaziali e secondo determinati tempi (organizzazione spazio-temporale). Corretta comunicazione e strategia comunicativa: tris in velocita' a 4 squadre.	
07/02/2022	ULTIMATE FRISBEE - Teoria: Le origini dell'attrezzo sportivo, ivari tipi di modelli. Le varie discipline con il frisbee. Pratica: Esercizi a coppie con 10 passaggi da fermi e in corsa. 10 passaggi e 1 intercetto. Gara di velocita' a coppie (lancio, lancio e intercetto). Esercizi a squadre con 20 passaggi consecutivi (a tempo) con classe divisa in 2 quadrati, una squadra supera l'altra. Partite a 4 squadre interclasse.	
24/01/2022	ULTIMATE FRISBEE - Inizio modulo in DAD. Valori dello sport e gender equity. Questionario individuale su Sport Etico. Il concetto di "valore" come guida	

Docente: Maura Moroni
Materia: Scienze Motorie e Sportive

CLASSE 2P – Programma svolto - (da registro cronologia decrescente)

Moduli: Ginnastica Artistica e TeamGym – Ultimate Frisbee – Atletica (getto del peso)

Uscite didattiche/progetti: Rimini Marathon, Erasmus Polonia - Coppa del Mondo – Europei Trampolino – Sport e Salute

	comportamentale. Meritocrazia nello sport. Riflessione su "L'importante e' partecipare". Obiettivi di processo. Attivita' asincrona a 4 gruppi. Le regole dello sport etico (in via condivisa evidenziare le 3 regole ritenute imprescindibili). Condivisione del lavoro svolto.	
10/01/2022	Illustrazione programmazione pentamestre. Passeggiata invernale in ambiente naturale (spiaggia).	
20/12/2021	TEAMGYM - verifica scritta valida per valutazione orale (rivolta agli alunni assenti in precedenza). Consegna e correzione verifica per il resto della classe. Valutazione pratica del collettivo su base musicale per alunni assenti in precedenza. GINNASTICA ARTISTICA- valutazione pratica ai grandi attrezzi. Maschi: "parallele pari" e "volteggio". Femmine: "trave" e "volteggio".	
13/12/2021	TEAMGYM - Test scritto valido per valutazione orale. GINNASTICA ARTISTICA - Valutazione pratica attrezzo "corpo libero". Continuazione lavoro preparatorio agli attrezzi rimanenti (volteggio, parallele pari, trave)	
06/12/2021	TEAMGYM: esibizione su base musicale dei collettivi (valutazioni). GINNASTICA ARTISTICA - Classe suddivisa in gruppi di lavoro a rotazione. 1)Circuito potenziamento arti inferiori, arti superiori, addome, dorsali 2) Lavoro all'attrezzo "Corpo libero" maschile e femminile 3) Lavoro all'attrezzo "Parallele pari" (maschi) 4) Lavoro all'attrezzo trave (femmine) 5) Lavoro all'attrezzo "Volteggio". Correzione errori e ottimizzazione esercizi in vista delle prossime valutazioni pratiche	
29/11/2021	TEAMGYM : Presentazione lavori di gruppo maschili e femminili su base musicale. GINNASTICA ARTISTICA: continuazione esercizi ai grandi attrezzi: Maschi: corpo libero, parallele pari, Femmine: corpo libero e trave	
22/11/2021	GINNASTICA ARTISTICA - Continuazione lavoro lezione precedente.Approccio ai grandi attrezzi. Maschi: impostazione esercizio alle parallele p ari. Femmine: impostazione esercizio alla trave alte. In comune: impostazione esercizio corpo libero sulla base degli elementi acquisiti- Volteggio. Valutazioni sulla base dell'esposizione verbale e della condivisione "quaderno appunti"	
15/11/2021	GINNASTICA ARTISTICA - Approccio ai grandi attrezzi. Maschi: impostazione esercizio alle parallele pari. Femmine: impostazione esercizio alla trave alte. In comune: impostazione esercizio corpo libero sulla base degli elementi acquisiti. Valutazioni sulla base dell'esposizione verbale e della condivisione "quaderno appunti"	
08/11/2021	GINNASTICA ARTISTICA - Lezione teorico-pratica. argomenti trattati: Attivazione proposta attraverso attivita' ludica. Preatletici. Esercizi a corpo libero di mobilita' articolare. Classe divisa in 2 gruppi di lavoro alternato: a) Circuito a stazioni (potenziamento); b) Elementi artistici e preacrobatica (Maschi: sforbiciata - orizzontale prona - Pennello 360'). Femmine: salti artistici - passo composto - sforbiciata avanti/dietro, salto del gatto, pennello, pennello 1/2 giro, pennello 360'). Corpo libero (capovolta avanti, ruota, pennello con mezzo giro, candela). Volteggio con capovolta avanti e risalita.	
25/10/2021	GINNASTICA ARTISTICA - Lezione teorico-pratica. Temi trattati: attivazione e preparazione generale, esercizi di allungamento e mobilita' articolare. Circuito a cronometro (potenziamento arti inferiori). Esercizi di potenziamento addominale e dorsale. Preacrobatica (utilizzo della diagonale in pedana) Propedeutica elementi: "verticale, capovolta avanti, ruota". Propedeutica "Volteggio".	
18/10/2021	GINNASTICA ARTISTICA. TEORIA - Modalita' di allenamento del ginnasta, lezione-tipo. Propriocettivita' ed attrezzi propriocettivi. PRATICA: esercizi di mobilita' articolare, preatletici, propedeutica all'elemento "verticale", (utilizzo della diagonale in pedana). Esercizi di potenziamento addominale. Circuito propedeutico a stazioni.	

Docente: Maura Moroni
Materia: Scienze Motorie e Sportive

CLASSE 2P – Programma svolto - (da registro cronologia decrescente)

Moduli: Ginnastica Artistica e TeamGym – Ultimate Frisbee – Atletica (getto del peso)

Uscite didattiche/progetti: Rimini Marathon, Erasmus Polonia - Coppa del Mondo – Europei Trampolino – Sport e Salute

11/10/2021	Inizio Modulo GINNASTICA ARTISTICA presso Palazzetto della Ginnastica - Rimini, via Euterpe. Ripasso e ripresa argomenti trattati l'anno scorso. Inizio Modulo GINNASTICA ARTISTICA presso Palazzetto della Ginnastica - Rimini, via Euterpe. TEORIA: Storia della Ginnastica Artistica territoriale e cenni sulla nazionale. Metodologia d'allenamento e fasi della "lezione tipo": Riscaldamento e attivazione, preparazione generale e specifica, parte artistica, allenamento mirato sull'attrezzo. Prevenzione infortuni, sana alimentazione, aspetto psicologico ed emotivo dell'allenamento e della gara. Codice dei punteggi. I 4 attrezzi femminili (trave alta, corpo libero, parallele asimetriche, volteggio). i 6 attrezzi maschili (sbarra, cavallo con maniglie, anelli, corpo libero, parallele pari, volteggio). PRATICA: con l'ausilio di 2 alunni praticanti la disciplina: analisi del lavoro ai grandi attrezzi. Impostazione della riga e salute.	
04/10/2021	Attività motoria in ambiente naturale (spiaggia). Calcetto (torneo a 3 squadre), Beach volley e beach tennis	
27/09/2021	Lettura norme sicurezza contenute nella modulistica da esporre in classe. Individuazione di alunni aprifila, chiudifila, sostegno e riserve in casi di emergenza. TEORIA: Ripasso: Schemi motori di base, capacità condizionali e coordinative. PRATICA: Attività motoria in ambiente naturale (spiaggia). Beach volley a 4 squadre	
13/09/2021	SCIENZE MOTORIE: illustrazione protocollo norme anticovid/formazione SICUREZZA utilizzo palestra scolastica e fuori sede. (2 ore) Attività motoria in ambiente naturale (spiaggia)	

CustomDialog

CustomDialog

FIRME ALUNNI

.....
.....