

|                                                                                   |                                |  |                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|--|------------------|
|  | <b>I.I.S. "C. MARCHESI"</b>    |  | <b>MOD-23</b>    |
|                                                                                   |                                |  | Rev. 0           |
|                                                                                   | <b>Piano Annuale di Lavoro</b> |  | Data: 12/04/2006 |
|                                                                                   |                                |  | Pag. 1 di 2      |

ANNO SCOLASTICO 2015/2016  
**PIANO ANNUALE DI LAVORO**

INSEGNANTE **SILVIA CAUDULLO**  
MATERIA **SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

Classe **TERZA** SEZ. **BL**

**1- PROFILO INIZIALE DELLA CLASSE**

La classe si presenta piuttosto eterogenea nell'interesse per la materia, risultando nel suo complesso più che sufficiente. Il comportamento è abbastanza corretto e rivolto alla partecipazione attiva per un gruppo, mentre per un'altra porzione di classe è da stimolare. Il livello iniziale è nel suo insieme, più che sufficiente.

**2- OBIETTIVI DIDATTICI – DISCIPLINARI**

| <b>MOVIMENTO</b>                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Conoscenze                                                                                                                             | Abilità                                                                                                                                                                                                |
| Conoscere le proprie potenzialità (punti di forza e criticità) e confrontarle con tabelle di riferimento criteri ali e standardizzate. | Ampliare le capacità coordinative e condizionali, realizzando schemi motori complessi utili ad affrontare attività motorie e sportive.                                                                 |
| Conoscere il ritmo nelle/delle azioni motorie e sportive complesse.                                                                    | Percepire, riprodurre e variare il ritmo delle azioni.                                                                                                                                                 |
| Conoscere le caratteristiche delle attività motorie e sportive collegate al territorio e l'importanza della sua salvaguardia.          | Organizzare e applicare attività/percorsi motori e sportivi individuali e in gruppo nel rispetto dell'ambiente.                                                                                        |
| Conoscere i principi fondamentali della teoria e alcune metodiche di allenamento; saper utilizzare le tecnologie.                      | Distinguere le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica sportiva; assumere posture corrette anche in presenza di carichi; autovalutarsi ed elaborare i risultati con l'utilizzo delle tecnologie. |

**STANDARD SECONDO BIENNIO**

Elabora e attua risposte motorie adeguate in situazioni complesse, assumendo i diversi ruoli dell'attività sportiva. Pianifica progetti e percorsi motori e sportivi.

**LIVELLI**

- a) pianifica e attua azioni motorie personalizzate in situazioni complesse. Rielabora autonomamente con senso critico percorsi motori e sportivi;
- b) realizza risposte motorie adeguate in situazioni complesse assumendo in autonomia i diversi ruoli e pianifica percorsi motori e sportivi;

|           |            |               |                      |              |
|-----------|------------|---------------|----------------------|--------------|
| 0         | 12/04/2006 | Prima stesura | Direzione            | DS           |
| Revisione | Data       | Causale       | Redazione e verifica | Approvazione |

|                                                                                   |                                |  |                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|--|------------------|
|  | <b>I.I.S. "C. MARCHESI"</b>    |  | <b>MOD-23</b>    |
|                                                                                   |                                |  | Rev. 0           |
|                                                                                   | <b>Piano Annuale di Lavoro</b> |  | Data: 12/04/2006 |
|                                                                                   |                                |  | Pag. 2 di 2      |

c) esegue azioni motorie in situazioni complesse, utilizzando varie informazioni e adeguandole al contesto e pianifica percorsi motori e sportivi.

| <b>LINGUAGGI DEL CORPO</b>                                                                                |                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| conoscenze                                                                                                | Abilità                                                                                                                            |
| Conoscere codici della comunicazione corporea.                                                            | Saper dare significato al movimento (semantica).                                                                                   |
| Conoscere tecniche mimico-gestuali e di espressione corporea e le analogie emotive con diversi linguaggi. | Esprimere con il movimento le differenti emozioni suscitate da altri tipi di linguaggio (musicale, visivo, poetico, pittorico...). |
| Conoscere le caratteristiche della musica e del ritmo in funzione del movimento                           | Ideare e realizzare sequenze ritmiche espressive complesse in sincronia con uno o più compagni.                                    |

#### STANDARD SECONDO BIENNIO

Rielabora creativamente il linguaggio espressivo in contesti differenti.

#### LIVELLI

- è consapevole di favorire la libera espressione di stati d'animo ed emozioni attraverso il linguaggio non verbale. Assegna significato e qualità al movimento;
- Comunica attraverso un linguaggio specifico e interpreta i messaggi, volontari ed involontari, che trasmette;
- Riconosce i principali aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea.

| <b>GIOCO E SPORT</b>                                                                                                     |                                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Conoscenze                                                                                                               | Abilità                                                                                                    |
| conoscere la teoria e la pratica delle tecniche e dei fondamentali ( individuali e di squadra) dei giochi e degli sport. | Trasferire e realizzare le tecniche adattandole alle capacità e alle situazioni anche proponendo varianti. |
| Approfondire la teoria di tattiche e strategie dei giochi e degli sport.                                                 | Trasferire e realizzare strategie e tattiche nelle attività sportive.                                      |
| Approfondire la terminologia, il regolamento tecnico, il fair play anche in funzione dell'arbitraggio.                   | Assumere autonomamente diversi ruoli e la funzione di arbitraggio.                                         |
| Conoscere gli aspetti sociali dei giochi e degli sport.                                                                  | Interpretare gli aspetti sociali dei giochi e degli sport.                                                 |

#### STANDARD SECONDO BIENNIO

Pratica autonomamente attività sportiva con fair play scegliendo personali tattiche e strategie anche nell'organizzazione, interpretando al meglio al cultura sportiva.

|                                                                                   |                                |                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|------------------|
|  | <b>I.I.S. "C. MARCHESI"</b>    | <b>MOD-23</b>    |
|                                                                                   |                                | Rev. 0           |
|                                                                                   | <b>Piano Annuale di Lavoro</b> | Data: 12/04/2006 |
|                                                                                   |                                | Pag. 3 di 2      |

## LIVELLI

- 1) padroneggia le abilità tecnico-tattiche sportive specifiche, con un personale apporto interpretativo del fair play e dei fenomeni sportivi, sviluppa e orienta le attitudini personali, sa assumere ruoli organizzativi;
- 2) pratica autonomamente le attività sportive con fair play scegliendo tattiche e strategie, con attenzione all'aspetto organizzativo e sociale;
- 3) è in grado di praticare autonomamente con fair play alcune attività sportive scegliendo semplici tattiche e strategie, con attenzione all'aspetto sociale e partecipando all'aspetto organizzativo.

| <b>SALUTE E BENESSERE</b>                                                                                               |                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Conoscenze                                                                                                              | Abilità                                                                                                            |
| Conoscere le procedure per la sicurezza e per il primo soccorso                                                         | Adottare comportamenti funzionali alla sicurezza nelle diverse attività; applicare le procedure del primo soccorso |
| Conoscere le conseguenze di una scorretta alimentazione e i pericoli legati all'uso di sostanze che inducono dipendenza | Assumere comportamenti attivi rispetto all'alimentazione, igiene e salvaguardia da sostanze illecite.              |
| Conoscere le problematiche legate alla sedentarietà dal punto di vista fisico e sociale.                                | Assumere comportamenti fisicamente attivi in molteplici contesti per un miglioramento dello stato di benessere.    |

## STANDARD SECONDO BIENNIO

Assumere in maniera consapevole comportamenti orientati a stili di vita attivi, prevenzione e sicurezza nei diversi ambienti.

### LIVELLI

- a) assume autonomamente stili di vita attivi di prevenzione, sicurezza e primo soccorso nei vari ambienti, migliorando il proprio benessere;
- b) adotta stili di vita attivi applicando i principi di sicurezza e prevenzione e dando valore all'attività fisica e sportiva;
- c) guidato, adotta comportamenti orientati a stili di vita attivi, alla prevenzione e alla sicurezza.

## 3- PROGRAMMAZIONE DIDATTICA SUDDIVISA PER QUADRIMESTRI

### 1^ QUADRIMESTRE

Riattivazione generale: esercizi di riscaldamento, mobilità articolare, potenziamento muscolare; andature preatletiche di base.

Reattività e velocità di esecuzione: esercizi singoli e a coppie, a corpo libero o con piccoli attrezzi per migliorare l'abilità e la capacità di reazione.

Basket: palleggio con mano destra e sinistra, arresto ad un tempo e piede perno, tiro piazzato, passaggio teso al petto e schiacciato a terra. 1 contro 1, 2 c 2, 3 c 3.

|                                                                                   |                                |                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|------------------|
|  | <b>I.I.S. "C. MARCHESI"</b>    | <b>MOD-23</b>    |
|                                                                                   |                                | Rev. 0           |
|                                                                                   | <b>Piano Annuale di Lavoro</b> | Data: 12/04/2006 |
|                                                                                   |                                | Pag. 4 di 2      |

Atletica. Salto in alto: salto dorsale partenza piedi pari con superamento asticella. Rincorsa semicircolare salto in alto stile Fosbury.

Badminton: 1 contro 1, 2 c 2, torneo di classe in doppio.

Acrogym: figure base singole, a coppie, terzetti e di gruppo.

Teoria: terminologia specifica della materia, apparato locomotore.

## 2^ QUADRIMESTRE

Coordinazione ed educazione al ritmo: esercizi a corpo libero a tempo di musica guidati ed in forma libera. Uso ed esercizi con piccoli attrezzi: funicella e cerchi.

Rugby: passaggio con spin, concetto di linea della palla, gioco al tocco.

Atletica. Getto del peso: con uso della palla medica lanci frontali e con rotazione.

Volley: palleggio, bagher, battuta di sicurezza e dall'alto, approccio alla schiacciata, 2 contro 2, 6 c 6

Ultimate Freesby: passaggio dritto e rovescio. Concetti di gioco, 3 contro 3.

Teoria: apparato respiratorio.

Le unità didattiche potranno subire spostamenti dal primo al secondo quadrimestre.

La programmazione seguirà in linea di massima quella sopra descritta con eventuali integrazioni o variazioni.

## 4- INTERVENTI DI RECUPERO PREVISTI

Il recupero degli alunni che non hanno raggiunto gli obiettivi prefissati sarà effettuato in itinere attraverso un lavoro individualizzato, mirato a migliorare le carenze rilevate.

## 5- METODOLOGIA D'INSEGNAMENTO

In relazione alle diverse esigenze operative verranno utilizzati i seguenti metodi: analitico, globale o misto e le esercitazioni saranno svolte sia in forma individuale che collettiva, a gruppi omogenei o eterogenei, per livello di capacità motorie.

## 6- MATERIALI DIDATTICI

Tutte le attrezzature disponibili in palestra. Per alcune attività verrà utilizzato lo spazio esterno alla palestra

Testo in uso: "IN MOVIMENTO" di Fiorini, Coretti, Bocchi. Marietti scuola.

## 7- ATTIVITA' INTEGRATIVE PREVISTE

Campionati Studenteschi, Corsa Campestre, Giornata di Atletica, Percorso Avventura.

## 8- TIPOLOGIE DI VERIFICA E LORO NUMERO PER QUADRIMESTRE

Prevalentemente pratiche. Orali e scritte per gli argomenti teorici

Per gli alunni esonerati le verifiche saranno scritte ed orali; sono previste almeno due verifiche per ogni quadrimestre.

Le valutazioni saranno effettuate al termine di ogni unità didattica.

## 9- CRITERI E TABELLA DI VALUTAZIONE

Per la valutazione degli alunni viene utilizzata la griglia di valutazione del Dipartimento di scienze motorie e sportive.

Nel processo di valutazione si prenderanno in considerazione anche:

|                                                                                   |                                |  |                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|--|------------------|
|  | <b>I.I.S. "C. MARCHESI"</b>    |  | <b>MOD-23</b>    |
|                                                                                   |                                |  | Rev. 0           |
|                                                                                   | <b>Piano Annuale di Lavoro</b> |  | Data: 12/04/2006 |
|                                                                                   |                                |  | Pag. 5 di 2      |

- b) il percorso dell'apprendimento
- c) la partecipazione alle attività sportive organizzate dalla Scuola
- d) l'impegno e l'interesse
- e) la disciplina (intesa nel rispetto delle regole di gioco e fair-play)

Nella valutazione si terrà anche conto delle giustificazioni che faranno media con il voto risultante dalle verifiche specifiche. Si intende per "giustificazione" la non partecipazione dell'alunno alla parte pratica della lezione, in quanto privo degli strumenti necessari o impossibilitato a farlo (sono esclusi gli esoneri temporanei e/o permanenti accompagnati da certificato medico). Gli studenti esonerati totalmente con Certificato Medico saranno valutati (come previsto per legge) con verifiche scritte, orali e con la valutazione del loro coinvolgimento in palestra (esempio in compiti di arbitraggio).

Per la tabella di valutazione vedi il Piano di Dipartimento.

PADOVA 30/10/2015.

IL DOCENTE

Silvia Caudullo