

	I.I.S. "C. MARCHESI"	MOD-23	
		Rev. 0	
	Piano Annuale di Lavoro	Data: 12/04/2006	
		Pag. 1 di 4	

ANNO SCOLASTICO 2016/2017

PIANO ANNUALE DI LAVORO

DOCENTE: **Roberto Taffara**
 MATERIA: **SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**
 CLASSE: **1^a AE**

1) PROFILO INIZIALE DELLA CLASSE

La classe è composta da 22 studenti (2 M e 20 F). Il comportamento della classe è corretto, la partecipazione molto buona, i livelli di partenza discreti. La classe si trova nella sede di Cadoneghe dove la palestra è frequentata da una sola classe alla volta. Questa considerazione si rende necessaria perché la logistica delle varie sedi influenza in maniera abbastanza determinante la didattica.

2) OBIETTIVI DIDATTICI E DISCIPLINARI

MOVIMENTO	
Conoscenze	Abilità
Conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità: posture, funzioni fisiologiche, capacità motorie (coordinative e condizionali). Conoscere il ritmo nelle/delle azioni motorie e sportive Conoscere le corrette pratiche motorie e sportive anche in ambiente naturale. Conoscere le funzioni fisiologiche in relazione al movimento e i principali paramorfismi e dismorfismi.	Realizzare schemi motori funzionali alle attività motorie e sportive. Percepire e riprodurre ritmi interni ed esterni attraverso il movimento. Muoversi nel territorio, riconoscendone le caratteristiche e rispettando l'ambiente. Elaborare risposte motorie efficaci riconoscendo le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica sportiva; assumere posture corrette.

STANDARD PRIMO BIENNIO

Si orienta negli ambiti motori e sportivi, utilizzando le tecnologie e riconoscendo le variazioni fisiologiche e le proprie potenzialità.

LIVELLI DI COMPETENZA

- 3) Padroneggia autonomamente azioni motorie complesse, rielaborando le informazioni di cui dispone in contesti anche non programmati;
- 2) Mette in atto differenti azioni motorie, utilizzando le informazioni di cui dispone adeguandole al contesto e alle proprie potenzialità;
- 1) Esegue azioni motorie e sportive utilizzando indicazione date, applicandole al contesto e alle proprie potenzialità.

LINGUAGGIO DEL CORPO	
Conoscenze	Abilità
Conoscere le modalità di utilizzo dei diversi linguaggi non verbali. Conoscere gli elementi di base relativi alle principali tecniche espressive. Riconoscere la differenza tra movimento biomeccanico ed espressivo; conoscere le caratteristiche della musica e del ritmo in funzione del movimento.	Rappresentare idee, stati d'animo e sequenze con creatività e con tecniche espressive. Comprendere e produrre consapevolmente i linguaggi non verbali. Ideare e realizzare sequenze ritmiche di movimento e rappresentazione con finalità espressive rispettando spazi, tempi e compagni.

STANDARD PRIMO BIENNIO

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

Esprime con creatività azioni, emozioni e sentimenti con finalità comunicativo-espressiva, utilizzando più tecniche
LIVELLI DI COMPETENZA

- 3) Applica e rielabora molteplici tecniche espressive in diversi ambiti, assegna significato al movimento;
- 2) Si esprime con creatività utilizzando correttamente più tecniche, sa interagire con i compagni con finalità comunicative;
- 1) Si esprime riferendosi ad elementi conosciuti con finalità comunicativo-espressiva, utilizzando, guidato, le tecniche proposte.

GIOCO E SPORT	
Conoscenze	Abilità
Conoscere le abilità tecniche dei giochi e degli sport individuali e di squadra. Conoscere semplici tattiche e strategie dei giochi e degli sport praticati. Conoscere la terminologia, il regolamento tecnico, il fair-play anche in funzione dell'arbitraggio. Conoscere l'aspetto educativo, la struttura, l'evoluzione dei giochi e degli sport nella cultura e nella tradizione.	Adattare le abilità tecniche alle situazioni richieste dai giochi e dagli sport in forma personale. Partecipare in forma propositiva alla scelta e alla realizzazione di strategie e tattiche delle attività sportive. Sperimentare nelle attività sportive i diversi ruoli, il fair-play e l'arbitraggio. Interpretare le diverse caratteristiche dei giochi e degli sport nelle varie culture.

STANDARD PRIMO BIENNIO

Pratica le attività sportive applicando tattiche e strategie, con fair-play e attenzione all'aspetto sociale

LIVELLI DI COMPETENZA

- 3) Mostra elevate abilità tecnico-tattiche nelle attività sportive con un personale apporto interpretativo del fair-play e dei fenomeni sportivi
- 2) Pratica le attività sportive applicando tattiche e strategie, con fair-play e attenzione all'aspetto sociale
- 1) Sollecitato, pratica le attività sportive conoscendo semplici tattiche e strategie, con fair-play e attenzione all'aspetto sociale.

SALUTE E BENESSERE	
Conoscenze	Abilità
Conoscere i principi fondamentali per la sicurezza e per il primo soccorso. Approfondire i principi di una corretta alimentazione e le informazioni sulle dipendenze e sulle sostanze illecite (fumo, doping, droghe, alcool). Conoscere i principi generali di allenamento utilizzati per migliorare lo stato di efficienza psicofisica.	Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza per prevenire i principali infortuni e applicare alcune procedure di primo soccorso. Per mantenere lo stato di salute scegliere di evitare l'uso di sostanze illecite e adottare principi igienici e alimentari corretti. Scegliere di praticare l'attività motoria e sportiva (tempi, frequenza, carichi..) per migliorare l'efficienza fisica.

STANDARD PRIMO BIENNIO

Adotta comportamenti attivi, in sicurezza, per migliorare la propria salute ed il proprio benessere

LIVELLI DI COMPETENZA

- 3) Adotta autonomamente, in sicurezza, comportamenti attivi per migliorare il proprio stato di salute consapevole della loro utilità per il benessere
- 2) Adotta comportamenti attivi, per la sicurezza e la prevenzione della salute, e conosce l'utilità della pratica motoria riferita al benessere
- 1) Guidato, assume comportamenti attivi e in sicurezza, per la salvaguardia della salute, della sicurezza personale e del benessere.

3) PROGRAMMAZIONE DIDATTICA

	I.I.S. "C. MARCHESI"	MOD-23	
		Rev. 0	
	Piano Annuale di Lavoro	Data: 12/04/2006	
		Pag. 3 di 4	

Percorso formativo

Norme logistiche, comportamentali e igieniche.

Giochi a squadre con approfondimento delle dinamiche di gruppo.

Miglioramento delle capacità condizionali sia attraverso l'utilizzo di esercitazioni specifiche delle singole qualità, sia attraverso la pratica sportiva.

Miglioramento delle capacità coordinative attraverso lo sviluppo di schemi motori, di coordinazioni particolari e di gesti motori propedeutici e collegati all'apprendimento degli elementi fondamentali individuali delle varie discipline sportive. Giochi sulla destrezza ed esercitazioni di ritmo con la funicella individuali, a coppie e di gruppo.

Organizzazione di giochi di squadra che implicino il rispetto di regole, l'assunzione di ruoli e l'affidamento di compiti di giuria e arbitraggio.

Tornei di classe di giochi a squadre: "Taffaball", "Robball", "Sette passaggi", "Palla quadrato". Anche staffette a percorso misto, con l'utilizzo di grandi e piccoli attrezzi, trasporti, ecc.

Utilizzo di alcuni grandi attrezzi: pedana elastica e cavallina: esercizi di sensibilizzazione, rincorse e stacchi, salti e volteggi.

In primavera è prevista un'uscita in bicicletta di una giornata lungo una delle piste ciclabili della zona.

Prove condizionali e di destrezza

30 m con partenza da fermo, lancio dorsale della palla medica da 2 kg, balzo da fermo, salti con la funicella per 1'.

Rugby

Concetti iniziali e filosofia del gioco. Introduzione alla disciplina. Esercizi di passaggio a tre e a quattro. I ruoli di gioco e la mischia. Il placcaggio e il sostegno. Gare e staffette. Introduzione al 2c1. Prove di gioco: TagRugby.

Atletica Leggera

Regolamento generale della disciplina; il programma olimpico e la suddivisione delle gare;

Salto in alto: storia e regolamento della specialità. La caduta, il valicamento, lo stacco e i passi speciali. Salti con 5 passi di rincorsa (2+3).

La velocità: la partenza dai blocchi: regolamento, esercizi preparatori e partenze complete. Le staffette nell'atletica leggera. Esercizi didattici per il passaggio del testimone.

Salto in lungo: regolamento della specialità. La caduta, il volo, lo stacco e la rincorsa.

Getto del peso: regolamento della specialità. La posizione finale e il lancio.

Le corse a ostacoli: regolamento della specialità. Il ritmo della corsa. Esercizi di preparazione al passaggio dell'ostacolo.

Pallacanestro

Il palleggio, il passaggio e il tiro anche con gare e staffette. Gli arresti e le partenze. Ball-handling.

Ultimate frisbee

Concetti generali e "Lo spirito del Gioco". Il passaggio di rovescio e la ricezione. Lo "stalling" e la difesa 1c1. Gare di ricezione con ricezione in corsa. Il passaggio di dritto. La difesa 1c1 con l'utilizzo di dritto e rovescio. Gare di mira. Esercizi a coppie e a quadriglie per il dritto e il rovescio. Gare di precisione a gruppi.

Softball

Il regolamento semplificato; il passaggio da sopra, da sotto e rotolato; gioco 7 c 7 con il "tee" e senza lanciatore.

Badminton

Regole dello sport. Esercizi a coppie per il "clear" e il "drive". Il servizio. Esercizi didattici per il servizio anche con gare a squadre.

Pallavolo

Esercizi a coppie a rete per palleggio e bagher. L'attacco. Il servizio.

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

Orienteering

Storia e regolamento della disciplina. Prova di classe nel parco della scuola.

Argomenti di teoria

L'organizzazione dello sport in Italia; il CONI e le sue funzioni. Cenni sull'educazione alimentare. I rischi della sedentarietà. Il valore dello sport: giochi di ruolo.

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

La lezione sarà frontale ma si cercherà di stimolare il dialogo fra studenti e docente e fra studenti e di stimolare la riflessione sulle scelte da fare nella varie situazioni.

Le esercitazioni potranno essere proposte in forma individuale, a coppie, a terziglie o in gruppi

6) MATERIALI DIDATTICI

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

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

Le lezioni teoriche saranno integrate da appunti raccolti dagli studenti.

7) ATTIVITA' INTEGRATIVE PREVISTE

Campionati studenteschi e tornei interni. Sarà proposta un'uscita didattica a sfondo sportivo (percorso in bicicletta, rafting, trekking, ecc.)

8) TIPOLOGIE DI VERIFICA E LORO NUMERO PER QUADRIMESTRE

Le prove di verifica saranno prevalentemente pratiche ma non è escluso l'utilizzo di prove scritte.

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

9) CRITERI E TABELLA DI VALUTAZIONE

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

Per valutare l'acquisizione degli apprendimenti, si prendono in considerazione gli standard di livello individuati dal Dipartimento, ossia i traguardi per lo sviluppo della competenze e si tiene conto del grado di responsabilità e autonomia nelle competenze stabilite.

Nel processo di valutazione si prenderanno in considerazione anche:

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

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).