

PIANO DI LAVORO ANNUALE DEL DOCENTE A.S. 2022/23

Nome e cognome del/della docente: Agnese Salvadori (in sostituzione della docente Giada Mele)

Disciplina insegnata: Scienze Motorie e Sportive

Libro/i di testo in uso: Attivi! Sport e Sane Abitudini – E.Chiesa, L.Montalbetti, G. Fiorini, D.Taini –

Classe e Sezione: 1I

Indirizzo di studio: Servizi per la Sanità e l'Assistenza Sociale

1. Competenze che si intendono sviluppare o traguardi di competenza

(fare riferimento alle Linee Guida e ai documenti dei dipartimenti)

Percezione di sé e completamento delle capacità motorie ed espressive.

Lo studente conosce il proprio corpo e la sua funzionalità. È in grado di realizzare schemi motori di base e schemi motori complessi utili ad affrontare attività sportive.

Sport: le regole e il fair play.

Lo studente praticherà gli sport di squadra applicando strategie efficaci per la risoluzione di situazioni problematiche; collaborerà con i compagni all'interno del gruppo facendo emergere le proprie potenzialità.

Lo studente si impegnerà negli sport individuali abituandosi al confronto ed alla assunzione di responsabilità personali.

Salute, benessere, sicurezza e prevenzione.

Lo studente conoscerà i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra, a casa e negli spazi aperti. Adotterà i principi igienici e scientifici essenziali per mantenere il proprio stato di salute e migliorare l'efficienza fisica. Adotterà altresì le norme sanitarie ed alimentari indispensabili per il mantenimento del proprio benessere.

2. Descrizione di conoscenze e abilità, suddivise in percorsi didattici, evidenziando per ognuna quelle essenziali o minime

(fare riferimento alle Linee Guida e ai documenti dei dipartimenti)

Percorso 1 – Le capacità coordinative e condizionali

Competenze: essere in grado di eseguire correttamente i test motori relativi alla valutazione delle diverse capacità coordinative e condizionali.

Conoscenze: conoscere le definizioni delle principali capacità coordinative e condizionali. Le ripetizioni e le serie.

Abilità: saper mettere in pratica le tecniche acquisite relative allo sviluppo delle capacità coordinative e condizionali.

Obiettivi Minimi: saper mettere in pratica sufficientemente le tecniche acquisite relative allo sviluppo delle capacità coordinative e condizionali.

Percorso 2 – Gli schemi motori di base

Competenze: essere in grado di eseguire i movimenti relativi agli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare, sia negli sport individuali (atletica leggera) sia nei giochi tradizionali.

Conoscenze: conoscere le definizioni degli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare.

Abilità: saper mettere in pratica le tecniche acquisite relative allo sviluppo e al mantenimento degli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare.

Obiettivi minimi: saper mettere in pratica sufficientemente le tecniche acquisite relative allo sviluppo e al mantenimento degli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare.

Percorso 3 – Gli sport di squadra: il regolamento

Competenze: utilizzare le regole sportive come strumento di convivenza civile.

Conoscenze: conoscere le principali regole dei giochi proposti (pallavolo, basket, pallamano, calcio a cinque).

Abilità: consolidare il carattere, sviluppare la socialità e il senso civico.

Obiettivi minimi: rispettare le regole del gioco durante una partita.

Percorso 4 – Gli sport di squadra: i fondamentali di gioco

Competenze: essere in grado di utilizzare sufficientemente i principali fondamentali individuali di gioco durante una partita di pallavolo, basket, pallamano e calcio a cinque.

Conoscenze: conoscere i principali fondamentali individuali di gioco delle seguenti discipline sportive: pallavolo, basket, pallamano, calcio a cinque.

Abilità: sapere eseguire in modo appropriato i principali fondamentali individuali di gioco durante una partita di pallavolo, basket, pallamano, calcio a cinque.

Obiettivi minimi: saper eseguire in modo appropriato i principali fondamentali individuali di gioco delle seguenti discipline sportive: pallavolo, basket, pallamano, calcio a cinque.

Percorso 5 – Gli sport individuali

Competenze: essere in grado di eseguire correttamente i gesti tecnici delle specialità dell'atletica leggera.

Conoscenze: conoscere la tecnica esecutiva della corsa, dei salti e dei lanci.

Abilità: saper eseguire in modo appropriato i gesti tecnici delle varie specialità.

Obiettivi minimi: saper eseguire i principali gesti tecnici delle discipline proposte.

3. Attività o percorsi didattici concordati nel CdC a livello interdisciplinare - Educazione civica *(descrizione di conoscenze, abilità e competenze che si intendono raggiungere o sviluppare)*

Area: Costituzione.

Costituzione: la cultura del rispetto e il valore etico dello sport. Il fair play.

Competenze: saper definire il fair play.

Conoscenze: conoscere i gesti di fair play nello sport.

Abilità: trasferire i gesti di fair play alle nostre attività in palestra.

4. Tipologie di verifica, elaborati ed esercitazioni

[Indicare un eventuale orientamento personale diverso da quello inserito nel PTOF e specificare quali hanno carattere formativo e quale sommativo]

La verifica si fonda sull'osservazione in itinere dell'alunno, sull'utilizzo di test motori e misurativi e prove cronometriche; per la teoria, questionari, relazioni e interrogazioni.

Verranno utilizzati come strumenti di verifica, sia di carattere formativo che sommativo, test motori, osservazione in situazione, prove strutturate, prove cronometrate, questionari e relazioni. Inoltre, test specifici di gruppo per valutare l'osservanza delle regole del gioco, i comportamenti corretti e l'esecuzione dei fondamentali della disciplina sportiva.

5. Criteri per le valutazioni

(fare riferimento a tutti i criteri di valutazione deliberati nel Ptof aggiornamento triennale 22/25; indicare solo le variazioni rispetto a quanto inserito nel PTOF)

La valutazione effettuata in relazione ai livelli di partenza, nel rispetto dell'individualità di ogni singolo alunno e dei personali ritmi di apprendimento, terrà conto anche del grado di partecipazione al dialogo educativo, dell'interesse alla disciplina, dell'impegno profuso, della

capacità di autogestione durante la lezione, del rispetto delle regole di convivenza civile e della partecipazione ad attività extracurricolari inserite nel PTOF e relative all'ambito disciplinare di riferimento, l'acquisizione delle competenze di cittadinanza.

6. Metodi e strategie didattiche

(in particolare, indicare quelle finalizzate a mantenere l'interesse, a sviluppare la motivazione all'apprendimento, al recupero di conoscenze e abilità, al raggiungimento di obiettivi di competenza)

L'approccio metodologico di tipo individualizzato si sviluppa a partire dalle necessità, esperienze pregresse e ritmi personali di sviluppo di ciascun alunno. Le proposte didattiche seguono il principio della gradualità sia nelle difficoltà che nell'intensità del lavoro da svolgere sottoforma di esercitazioni, circuiti, giochi sportivi, con difficoltà ed intensità progressive. Le proposte sono rivolte all'intero gruppo classe, a piccoli gruppi, a coppie ed individualmente a seconda delle esigenze contingenti nel rispetto dei livelli di partenza e delle potenzialità del singolo. Per facilitare l'apprendimento motorio, l'associazione e l'interiorizzazione delle esperienze precedentemente fatte, si utilizzerà il criterio della gradualità delle difficoltà. Per gli studenti con particolari carenze nelle conoscenze e nelle abilità legate alla disciplina verrà attivato un recupero in itinere al fine di rispondere ai bisogni formative individuali. Verranno utilizzate strategie didattiche che prevedono attività di cooperazione, learning e tutoraggio tra pari.

Pisa li 10 dicembre 2022

Il/la docente: Agnese Salvadori