

PIANO DI LAVORO PUBBLICO ANNUALE DEL DOCENTE A.S. 2024/25

Nome e cognome del docente: Francesco Marotta

Disciplina insegnata: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Libro/i di testo in uso:

“Attivi” – Volume unico e-book.

AUTORE: Fiorini, Chiesa, Montalbetti, Taini.

EDITORE: DEA scuola Marietti Scuola – codice: 9788839303967

Classe e Sezione: 1 F

Indirizzo di studio: CHIMICA, MATERIALE E BIOTECNOLOGIE

1. Competenze che si intendono sviluppare o traguardi di competenza

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

- Percezione di sé e padronanza degli strumenti motori ed espressivi indispensabili per gestire i rapporti interpersonali semplici;
- Comportamento consapevole riguardo all'utilizzo delle strutture sportive e comuni, all'ambiente naturale e tecnologico;
- Sicurezza, prevenzione e ricorso al movimento come mezzo per acquisire una cultura motoria ed un corretto stile di vita;
- Lo sport, il rispetto delle regole e il fair play.

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

Acquisizione di un corretto stile di vita, principi di sicurezza e prevenzione.

Relazione con l'ambiente e il territorio.

Competenze:

Agire in modo autonomo e responsabile in ambiente sportivo e non.
Avere un atteggiamento positivo verso uno stile di vita sano e attivo.
Comprendere l'importanza della prevenzione delle situazioni di rischio e saper risolvere alcune situazioni di pericolo.

Conoscenze:

Conoscere i principi fondamentali di prevenzione per l'igiene e la sicurezza personale in palestra e negli spazi aperti.

Abilità:

Saper utilizzare correttamente il materiale sportivo.
Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza e al benessere personale.
Controllare il rischio, educarsi alla sicurezza.
Essere in grado di collaborare in caso di infortunio.

Obiettivi Minimi:

Saper mettere in pratica sufficientemente atteggiamenti e comportamenti funzionali alla sicurezza e al benessere personale.

Percorso 2

Percezione di sé e completamento dello sviluppo delle capacità condizionali e coordinative.

[ripetere per il numero di Percorsi]

Competenze:

Acquisire la consapevolezza della propria corporeità.
Comprendere gli effetti dell'allenamento sulle capacità condizionali e coordinative.
Capacità di utilizzare in modo efficace e sicuro un'azione motoria volta in ambiente sportivo e non.
Capacità di orientarsi in ambienti diversi.

Conoscenze:

Conoscenza dell'apparato locomotore (sistema scheletrico e muscolare).
Conoscere gli schemi motori statici e dinamici.
Conoscere le capacità motorie:
senso-percettive, coordinative generali (apprendimento motorio, controllo motorio e adattamento al movimento), condizionali (resistenza, forza, velocità e flessibilità)
Conoscere alcuni strumenti di orientamento.

Abilità:

Consapevolezza di una risposta motoria efficace ed economica (percorsi di coordinazione semplici e prove di forza, prove di velocità, prove di resistenza e circuiti misti).
Realizzazione idonea ed efficace dell'azione motoria richiesta, mantenendo risposte adeguate in contesti semplici.
Assumere posture adeguate alle situazioni motorie (con e senza attrezzi).
Saper utilizzare alcuni strumenti utili all'orientamento.

Obiettivi Minimi:

saper mettere in pratica sufficientemente le tecniche acquisite relative allo sviluppo delle capacità coordinative, delle capacità condizionali e al mantenimento degli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, lanciare.

Percorso 3

Giochi sportivi di squadra, il rispetto delle regole e il fair play

Competenze:

Saper praticare in forma globale i giochi sportivi codificati e non.

Saper applicare le regole fondamentali nell'ambito sportivo e nel contesto sociale.

Avere un atteggiamento positivo e responsabile nel contesto scolastico e nella vita quotidiana.

Saper gestire tecniche, strategie e regole adattandole alle capacità, esigenze, spazi e tempi, di cui si dispone.

Cooperare in equipe utilizzando e valorizzando le propensioni e le attitudini individuali.

Praticare in modo corretto ed essenziale i principali giochi sportivi, interpretando al meglio la cultura sportiva.

Conoscenze:

Conoscere i principali giochi sportivi di squadra interpretando al meglio la cultura sportiva.

Conoscere la terminologia di riferimento dei vari giochi sportivi.

Conoscere il regolamento dei giochi di squadra e riconoscere i gesti arbitrali fondamentali.

Conoscere i fondamentali di base varie discipline sportive.

Abilità:

Saper eseguire i fondamentali individuali dei giochi di squadra:

Pallavolo (battuta di sicurezza e dall'alto, palleggio e bagher).

Pallacanestro (passaggio, palleggio, i passi e l'arresto, il tiro).

Pallamano (passaggio, ricezione, tiro in appoggio e palleggio).

Calcio a 5 (controllo di palla, passaggio, tiro in porta).

Baseball.

Badminton.

Palla prigioniera sportiva.

Pallapugno soft.

Saper elaborare risposte motorie efficaci in situazioni semplici. Sperimentare nello sport i diversi ruoli e le relative responsabilità.

Saper rispettare i compagni, gli insegnanti e i materiali nei contesti di gioco e non

Obiettivi Minimi:

Rispettare le regole di gioco durante una partita e saper eseguire sufficientemente i gesti tecnici dei giochi di squadra proposti e riconoscere i gesti arbitrali principali.

Percorso 4

Giochi sportivi individuali, il rispetto delle regole e il fair play.

Competenze:

Saper praticare in forma globale i giochi sportivi codificati e non.

Saper applicare le regole fondamentali nell'ambito sportivo e nel contesto sociale.

Avere un atteggiamento positivo e responsabile nel contesto scolastico e nella vita quotidiana.

Saper gestire tecniche, strategie e regole adattandole alle capacità, esigenze, spazi e tempi, di cui si dispone.

Cooperare in equipe utilizzando e valorizzando le propensioni e le attitudini individuali.

Conoscenze:

Conoscere i principali giochi sportivi individuali, interpretando al meglio la cultura sportiva.

Conoscere la terminologia di riferimento dei vari giochi sportivi individuali.

Conoscere il regolamento dei giochi individuali e riconoscere i gesti arbitrali fondamentali.

Conoscere i fondamentali di base varie discipline sportive.

Abilità:

Elementi di base di alcune attività sportive individuali:

Atletica Leggera (salto in alto, salto in lungo, getto del peso, lancio del vortex, corsa di resistenza, corsa veloce).

Sport di racchetta:

Tennis Tavolo e badminton.

Sport all'aria aperta:

orienteering, trekking urbano, fitwalking esport invernali.

Saper rispettare i compagni, gli insegnanti e i materiali nei contesti di gioco e non.

Obiettivi Minimi:

Rispettare le regole di gioco durante una partita e saper eseguire sufficientemente i gesti tecnici dei giochi individuali proposti e riconoscere i gesti arbitrali principali.

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)

Percorso: Sicurezza e prevenzione a scuola.

Conoscenze: Conoscere i principi fondamentali di prevenzione e sicurezza.

Abilità: Sapersi comportare in maniera funzionale in caso di pericolo.

Competenze: Osservare e agire in modo corretto in caso di urgenze.

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]

Verifiche, almeno 2 pratiche per quadrimestre:

- L'osservazione sistematica in itinere rappresenta il principale strumento di verifica del processo di apprendimento nonché della partecipazione e dell'impegno nelle attività proposte.
- La verifica delle abilità motorie si basa su prove strutturate, test motori e misurazioni messi in relazione ai livelli di partenza di ciascun alunno.
- La verifica delle conoscenze si può avvalere di prove orali e/o scritte, ricerche, elaborati, interviste e relazioni, concordate in particolare per gli alunni esonerati dall'attività fisica.
- La valutazione terrà conto anche dell'impegno e della partecipazione profusi dagli alunni, del rispetto delle regole e del grado di autonomia raggiunto.

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))

Il docente, per una più ampia e chiara trasparenza, utilizzerà criteri di valutazione e griglie di misurazione, che verranno esplicitati precedentemente agli/alle studenti/studentesse. Si impegna

a consegnare tempestivamente le valutazioni, in modo che gli studenti possano effettuare i necessari interventi prima della valutazione successiva.

Concorrono alla valutazione:

- la frequenza e la partecipazione al dialogo educativo;
- l'interesse per le attività proposte;
- l'impegno dimostrato nel raggiungimento degli obiettivi didattici affrontati di volta in volta;
- le conoscenze teoriche;
- i progressi conseguiti in relazione alle situazioni di partenza.

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 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 per quanto riguarda la parte pratica attraverso esercitazioni, circuiti, giochi sportivi, con difficoltà e intensità progressive. Le proposte sono rivolte all'intero gruppo classe, a piccoli gruppi, a coppie e individualmente a seconda delle esigenze contingenti nel rispetto dei livelli di partenza e delle potenzialità di ogni singolo alunno.

Si adotteranno:

- lezione frontale o interattiva di tipo teorico e/o pratico
- l'apprendimento collaborativo
- il flipped classroom
- peer education
- osservazione
- tutorial
- role playing
- problem solving
- uso degli strumenti multimediali a supporto dello studio e della ricerca
- pratica dell'argomentazione e del confronto
- partecipazione ai progetti dell'Istituto scolastico
- sviluppo di attività e progetti personali

Strumenti ed attrezzature

- testi
- dispense
- articoli di giornale,
- piccoli e grandi attrezzi
- documentari
- settori adibiti a palestra
- impianti sportivi
- materiale audiovisivo e digitale
- riproduzione di documenti
- palestra