



ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE
ALDO MORO

Liceo Scientifico

Liceo Linguistico

Istituto Tecnico

Via Gallo Pecca n. 4/6 - 10086 Rivarolo Canavese
Tel 0124 454511 - Cod. Fiscale 85502120018
E-mail: TOIS00400V@istruzione.it Url: www.istitutomoro.it

SEZIONE TECNICA

Anno scolastico 2023/24

Piano di lavoro

Scienze Motorie e Sportive

Classe quinta

DOCENTE	CLASSI
Silvia Bazzarone	5AMT

Nell'ultimo anno si pone l'accento sull'azione di consolidamento e perfezionamento delle conoscenze e delle abilità motorie degli studenti che proseguirà in tutte le situazioni didattiche, al fine di specializzare il bagaglio motorio e sportivo.

Il livello di prestazione, aumentato e interiorizzato negli anni precedenti, permetterà un maggiore coinvolgimento in ambito sportivo, l'organizzazione e la partecipazione consapevole alle competizioni interne ed esterne alla scuola nelle diverse specialità sportive o attività espressive. Gli studenti, favoriti dalla completa maturazione delle aree cognitive frontali, acquisiranno una sempre più ampia capacità di esprimersi con senso critico e creativo, con la consapevolezza di essere attori di ogni esperienza corporea vissuta.

I nuclei fondanti che sono stati individuati, nell'ambito dei quali verranno sviluppate le conoscenze, le abilità e le conseguenti competenze da raggiungere, mirano allo sviluppo di obiettivi, quali:

- Consolidare il valore della propria corporeità come manifestazione di una personalità equilibrata e stabile;
- consolidare una cultura motoria e sportiva come costume di vita;
- raggiungere un completo sviluppo corporeo attraverso l'utilizzo e l'incremento delle capacità motorie e delle funzioni neuromuscolari;
- consolidare una solida conoscenza teorico/pratica dei principali sport individuali e di squadra, andando a valorizzare le differenti attitudini personali;
- comprendere appieno il valore del linguaggio del corpo;
- maturare una conoscenza e un'esperienza diretta in ambito sportivo che permetta di poter valutare e apprezzare lo Sport come mezzo di apprendimento per valori come il confronto positivo, il comportamento sociale corretto, la valorizzazione delle differenti abilità e diversità, per un inserimento nella società e nel mondo del lavoro più consapevole.

MACROARGOMENTI TRATTATI:

- Ampliamento delle capacità coordinative e condizionali;
- principali giochi sportivi di squadra: basket, pallavolo, calcio, tennis, pallamano, rugby, hockey, ecc.);
- l'atletica leggera;
- esercizi a corpo libero e con utilizzo di piccoli e grandi attrezzi (coordinazione, cavallo, quadro svedese, corde, pertiche);
- il primo soccorso (nell'ambito dell'attività didattica di Educazione Civica).

Tali argomenti verranno trattati sia dal punto di vista teorico che pratico, utilizzando come filo conduttore una metodologia didattica basata sulla valorizzazione delle abilità e delle attitudini di ogni singolo studente, cosciente delle proprie qualità, ma anche dei propri limiti che devono essere accettati e visti come punto di partenza per migliorarsi. Gli obiettivi minimi generali, riportati nella tabella sottostante, verranno adattati in base alle caratteristiche di ogni singolo studente e alle preferenze della classe.

OBIETTIVI MINIMI

COMPETENZE	ABILITÀ/CAPACITÀ	CONOSCENZE
<p>Riconoscere ed applicare tabelle di allenamento</p> <p>Comprendere che l'espressività corporea costituisce un elemento di identità culturale</p> <p>Utilizzare mezzi informatici e multimediali</p> <p>Collaborare nell'organizzazione di eventi sportivi in ambito scolastico</p> <p>Essere consapevoli dell'importanza che riveste la pratica dell'attività motorio-sportiva per il benessere individuale ed esercitarla in modo funzionale</p> <p>Adottare stili comportamentali improntati al fair play</p>	<p>Correggere comportamenti che compromettono il gesto motorio</p> <p>Sfruttare le proprie capacità condizionali e coordinative nei vari ambiti motori</p> <p>Utilizzare alcuni test per la rilevazione dei risultati</p> <p>Cogliere l'importanza del linguaggio del corpo nella comunicazione a scuola, nel lavoro, nella vita</p> <p>Osservare e interpretare i fenomeni connessi al mondo dell'attività motoria e sportiva in relazione all'attuale contesto socioculturale</p> <p>Assumere un comportamento responsabile nei confronti dell'ambiente</p>	<p>La terminologia specifica della disciplina</p> <p>Differenti tipologie di esercitazioni</p> <p>Le regole dei giochi sportivi praticati a scuola - I principi dell'alimentazione nello sport</p> <p>Le nozioni fondamentali di anatomia funzionale prevenzione e salute</p> <p>Gli effetti positivi dell'attività fisica</p> <p>Gli strumenti multimediali</p> <p>Gli aspetti organizzativi dei tornei sportivi scolastici</p> <p>Principi e pratiche del fair play</p>

METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE PER IL CONSEGUIMENTO DEGLI OBIETTIVI

- Lezione Frontale;
- lezione tecnica/didattica sui principali sport;
- lezione dialogata;
- Problem Solving;
- attività di ricerca;
- discussione e dibattito collettivo;
- lavoro individuale e in gruppi;
- Cooperative learning.

STRUMENTI DI LAVORO e SPAZI UTILIZZATI

- Palloni, piccoli attrezzi e grandi attrezzi;
 - Lim;
 - Libri, filmati, video, film.
-
- Palestre, impianti sportivi (Polisportiva), aula.

MODALITÀ DI VALUTAZIONE

La valutazione delle conoscenze, delle abilità e delle competenze, avviene mediante prove pratiche e teoriche, utilizzando griglie di osservazione che tengano conto della qualità di partenza di ogni singolo studente e del percorso di miglioramento e sviluppo individuale, nonché del risultato finale raggiunto.

Verrà inoltre svolta una valutazione sistematica su impegno e partecipazione per entrambi i periodi didattici.

In caso si ritengano necessari interventi di recupero, la modalità utilizzata sarà quella in itinere.

Rivarolo Canavese; A.s. 2023/2024

Il Docente
Silvia Bazzarone