



ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE  
ALDO MORO

Liceo Scientifico  
Istituto Tecnico Industriale

Via Gallo Pecca n.4/6  
10086 RIVAROLO CANAVESE

Tel. 0124/45.45.11 - Cod. Fisc. 85502120018  
E-mail: [segreteria@istitutomoro.it](mailto:segreteria@istitutomoro.it) URL: [www.istitutomoro.it](http://www.istitutomoro.it)

Anno Scolastico 2022/23

*Piano di Lavoro*

# ***SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE***

<b>DOCENTE</b>	<b>CLASSE</b>
<b>RUSSO MATTEO</b>	<b>2AS</b>

IL DIRIGENTE SCOLASTICO  
(Prof. Alberto Focilla)

Nel primo biennio, dopo aver verificato i livelli dei saperi e degli apprendimenti motori conseguiti nel corso del primo ciclo di istruzione, sarà dedicato un percorso didattico specifico per colmare eventuali lacune.

Successivamente si passerà a definire e ampliare le competenze di base della materia attraverso la trasmissione di saperi e la costruzione di abilità specifiche tecniche e sportive.

Sono stati identificati alcuni **nuclei fondanti** nell'ambito dei quali sono state fissate le **competenze** e le relative **conoscenze** e **abilità** da raggiungere.

1. Acquisire il valore della propria corporeità come manifestazione di una personalità equilibrata e stabile.
2. Consolidare una cultura motoria e sportiva quale costume di vita.
3. Raggiungere un completo sviluppo corporeo, attraverso l'utilizzo e l'incremento delle capacità motorie e delle funzioni neuro muscolari.
4. Acquisire una solida conoscenza e pratica di alcuni sport individuali e di squadra valorizzando le attitudini personali;
5. Sperimentare e comprendere il valore del linguaggio del corpo.
6. Acquisire una conoscenza ed un'esperienza diretta in ambito sportivo nei diversi ruoli per poter valutare e apprezzare lo sport come valore di confronto e come momento formativo utile a favorire l'acquisizione di comportamenti sociali corretti per un inserimento consapevole nella società e nel mondo del lavoro..

## **MACRO AMBIENTI DI COMPETENZA**

1. LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY
2. SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE
3. RELAZIONE CON L'AMBIENTE NATURALE
4. LA PERCEZIONE DI SE' E IL COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITA' MOTORIE ED ESPRESSIVE

Tali contenuti vengono finalizzati ad una pratica dell'attività sportiva sana e cosciente dei propri mezzi, delle proprie qualità ma anche rispettosa dei propri limiti, in modo da permettere il raggiungimento di obiettivi minimi anche sulla base delle capacità e dei limiti fisici soggettivi.

## **OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO**

1. **PERCEZIONE DI SE' E COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITA' MOTORIE ED ESPRESSIVE**

Conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità ampliando le capacità coordinative e condizionali realizzando schemi motori complessi utili ad affrontare competizioni sportive.

LAVORO SUL PROPRIO CORPO

LAVORO CON PICCOLI ATTREZZI COME PALLA E FUNICELLA

## 2. LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY

Conoscere gli sport padroneggiando i fondamentali individuali. Privilegiare la componente EDUCATIVA.

TEORIA TECNICA E DIDATTICA DEGLI SPORT DI SQUADRA

TEORIA TECNICA E DIDATTICA DELL'ATLETICA LEGGERA

## 3. RELAZIONE CON L'AMBIENTE NATURALE E TECNOLOGICO

La pratica sportiva realizzata in ambiente naturale per recuperare il rapporto coretto con l'ambiente

CAMMINARE E CORRERE IN AMBIENTE NATURALE

GIOCARE ALL'APERTO

COMPETENZE	ABILITA'/CAPACITA'	CONOSCENZE
Partecipare attivamente allo svolgimento dell'attività didattica.	Rielaborare schemi motori semplici	I concetti essenziali relativi all'attività motorio-sportiva (conoscere il proprio corpo, i movimenti di base, le qualità motorie)
Riconoscere il ruolo espressivo della propria corporeità.	Produrre semplici sequenze motorie individuali e collettive anche in maniera guidata	Semplici modalità codificate di comunicazione
Imparare a riconoscere le proprie abilità.	Applicare le regole di base degli sport individuali e di squadra praticati	Alcuni Linguaggi non verbali Gli sport di squadra e individuali praticati a scuola (nozioni di base)
Esercitare la pratica motoria e sportiva.	Interagire all'interno del gruppo	
Confrontarsi con gli altri tramite l'esperienza sportive.		
Utilizzare alcuni strumenti ed attrezzature specifiche della disciplina.		
Adottare comportamenti responsabili a tutela della sicurezza personale.		

## METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE PER IL CONSEGUIMENTO DEGLI OBIETTIVI

- Lezioni a carattere frontale e di gioco didattico.
- lezioni teoriche

- lezioni tecnico – didattico sui principali sport

### **MEZZI E STRUMENTI DI LAVORO**

- Attrezzatura per pesistica, palloni, palco di salita, piccoli e grandi attrezzi, pista di atletica leggera.
- Visione di filmati sportivi e anatomici.

Spazi usati: palestra, impianti sportivi per l'atletica, aula con LIM e collegamento INTERNET.

### **MODALITA' DI VALUTAZIONE**

Almeno due prove teorico - pratiche per ambedue i periodi didattici, utilizzando per le prove pratiche griglie di osservazione che tengano conto delle qualità di partenza e di ciò che è stato appreso dal singolo allievo.

### **INTERVENTI E TEMPI DI RECUPERO**

Recupero in itinere.