



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](mailto:TOIS00400V@istruzione.it) Url: [www.istitutomoro.it](http://www.istitutomoro.it)

**SEZIONE LICEALE**

**Anno Scolastico  
2022/23**

*Piano di Lavoro*

# ***SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE***

*Primo Biennio*

<b>DOCENTE</b>	<b>CLASSI</b>
<b>Giovanni Alberto Monteu Cotto</b>	<b>2GS</b>

IL DIRIGENTE SCOLASTICO  
(Prof. Alberto Focilla)

Nel primo biennio, dopo aver verificato i livelli di apprendimento 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 capacità coordinative e condizionali, al fine di sviluppare le loro ABILITA' MOTORIE.

Tutto ciò per permettere di realizzare schemi motori semplici e complessi.

Sono stati identificati alcuni nuclei fondanti nell'ambito dei quali sono state individuate 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.
3. Raggiungere un completo sviluppo corporeo, attraverso l'utilizzo e l'incremento delle capacità motorie e delle funzioni neuromuscolari.
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 ARGOMENTI DEL PROGRAMMA

1. Principali giochi sportivi di squadra (TENNIS, UNIHOCKEY, PALLAMANO, BASKET, PALLAVOLO)
2. Specialità dell'atletica leggera
3. Esercizi a corpo libero
4. Esercizi con l'utilizzo di piccoli e grandi attrezzi (SPALLIERA, CAVALLO, QUADRO SVEDESE).
5. L'importanza di essere squadra (Educazione civica)

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 MINIMI

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

## METODOLOGIE E STRATEGIE DIDATTICHE PER IL CONSEGUIMENTO DEGLI OBIETTIVI

- Lezione frontale e di gioco didattico
- Lezione tecnico – didattica sui principali sport
- Lezione dialogata
- Problem solving
- Attività di ricerca
- Discussione collettiva
- Lavoro in piccolo gruppo
- Lavoro individuale
- Cooperative learning

## MEZZI E STRUMENTI DI LAVORO

- Palloni, piccoli e grandi attrezzi.
- Eventuale visione di filmati o film sportivi.

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

## MODALITA' DI VALUTAZIONE

Prove pratiche e teoriche. Valutazione sistematica su impegno e partecipazione per ambedue i periodi didattici, utilizzando 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.