



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 SCIENTIFICA**

Anno scolastico 2023/24

**Piano di lavoro**

# *Scienze Motorie e Sportive*

Secondo Biennio

<b>DOCENTE</b>	<b>CLASSI</b>
Silvia Bazzarone	4IS

Nel secondo biennio si pone l'accento sull'azione di consolidamento e sviluppo delle conoscenze e delle abilità motorie degli studenti che proseguirà in tutte le situazioni didattiche, al fine di migliorarne 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 Doping (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>Adattare le proprie abilità alle differenti proposte motorie</p> <p>Vivere positivamente il proprio corpo</p> <p>Praticare in modo adeguato l'attività motoria e sportiva riconoscendone la valenza positiva ai fini del benessere personale e dell'acquisizione di corretti stili di vita</p> <p>Partecipare attivamente allo svolgimento dell'attività didattica e all'organizzazione dell'attività sportiva a livello scolastico</p> <p>Muoversi in sicurezza e rispettare l'ambiente</p>	<p>Svolgere attività di diversa durata ed intensità e riconoscere le variazioni fisiologiche che esse comportano</p> <p>Organizzare, anche in maniera assistita, le proprie conoscenze e capacità al fine di produrre semplici sequenze motorie</p> <p>Praticare, in maniera anche guidata, tecniche espressive comunicative in lavori individuali e di gruppo</p> <p>Praticare gli sport scolastici ricoprendo i ruoli più congeniali alle proprie capacità</p> <p>Svolgere funzioni di giuria e arbitraggio nel gioco scolastico</p> <p>Utilizzare strumenti multimediali</p>	<p>Alcune categorie di esercizi</p> <p>Le regole di base degli sport individuali e di squadra svolti a scuola</p> <p>L'espressività corporea</p> <p>Le nozioni di base di anatomia e la prevenzione agli infortuni</p> <p>Le nozioni di base dell'educazione alimentare</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 learnin.

## 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