



IIS Aldo Moro



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 URL: www.istitutomoro.it

Anno Scolastico 2023/24

Piano di Lavoro

SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

DOCENTE	CLASSE
RUSSO MATTEO	5AS

IL DIRIGENTE SCOLASTICO
(Prof. Alberto Focilla)

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

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

La maggiore padronanza di sè e l'ampliamento della abilità motorie permetteranno agli studenti di realizzare movimenti complessi e di conoscere e applicare alcune metodiche di allenamento supportate anche da approfondimenti culturali e tecnico tattici

2. LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY

L'accresciuto livello di prestazione permetterà allo studente un maggior coinvolgimento sportivo. lavorare in squadra, specializzando le attitudini.

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 corretto con l'ambiente

CAMMINARE E CORRERE IN AMBIENTE NATURALE

GIOCARE ALL'APERTO

4. SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE

Coscienza della propria corporeità al fine di perseguire il proprio benessere quotidiano

CONCETTI DI ALLENAMENTO

ABILITA' MOTORIE

ALIMENTAZIONE

PRIMO SOCCORSO

OBIETTIVI MINIMI

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

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.