



Piano di lavoro

Docente Sciascia Sabino

Disciplina Scienze motorie

Asse di riferimento: DEI LINGUAGGI E TECNOLOGICO-SCIENTIFICO

Classe 3 Sezione I

Anno scolastico 2023/2024

N. ore di insegnamento 2

PROFILO DI INGRESSO DELLA CLASSE (caratteristiche cognitive e comportamentali, atteggiamento verso la materia, interesse, partecipazione, etc...)

La classe si presenta ben educata, vivace ma rispettosa delle regole, partecipa attivamente e con interesse alle attività proposte mostrando impegno ed entusiasmo nei confronti della materia. La classe inoltre possiede i prerequisiti necessari per il raggiungimento dei traguardi di competenza programmati. Gli alunni mostrano inoltre un'adeguata capacità di apprendimento e una versatilità per le iniziative tipicamente pratiche della materia e tutte le attività motorie in genere. In classe sono presenti 2 alunni che presentano difficoltà personali ben seguiti dagli insegnanti di Sostegno. Per entrambi non sono necessari interventi personalizzati per la disciplina in oggetto.

QUADRO DELLE UNITÀ DI LAVORO RELATIVE A COMPETENZE, ABILITÀ E CONOSCENZE

Le competenze possono essere indicate con lettere, numeri o abbreviazioni che rimandano alla nomenclatura adottata nel dipartimento di scienze motorie; esse sono declinate in abilità e conoscenze

Aree tematiche di riferimento: 1 La relazione: io, l'altro e l'ambiente

Unità di lavoro	Competenze	Abilità	Conoscenze (indicare l'area tematica di riferimento)
Conoscenza della propria corporeità	2.	Essere in grado di prendere coscienza e consapevolezza del proprio corpo	1- La relazione: io, l'altro e l'ambiente

Conoscenza dei concetti fondamentali per l'incremento delle capacità condizionali e coordinative.	1-2.	Essere capaci di eseguire esercizi di forza massimale ed esplosiva, resistenza, velocità, equilibrio, orientamento motorio, coordinazione dinamico generale e combinazione motoria.	1- La relazione: io, l'altro e l'ambiente
Conoscenza e pratica dei principali giochi sportivi scolastici : pallavolo, pallacanestro e pallamano. Conoscenza degli strumenti tecnologici più moderni in ambito sportivo. Adoperarsi per il mantenimento di un sano stile di vita Attività in ambiente naturale	3 - 4. 3 - 5.	Riconoscere l'importanza di socializzare collaborando con i compagni per un fine comune e con uno spirito di lealtà e fair play. Utilizzare appropriatamente gli strumenti tecnologici e informatici (cardiofrequenzimetro, GPS, console, tablet, smartphone ecc.) Controllare e rispettare il proprio corpo Praticare varie attività motorie all'aira aperta	1- La relazione: io, l'altro e l'ambiente 1- La relazione: io l'altro e l'ambiente
Conoscenza delle principali ossa e muscoli del corpo umano. Informazioni sui traumi sportivi, prevenzione e primo soccorso.	5.	Saper riconoscere i vari muscoli e ossa coinvolti durante il movimento o in caso di trauma. Essere in grado di prevenire, riconoscere e soccorrere un trauma in modo adeguato.	1- La relazione: io, l'altro e l'ambiente;

Tipi di contrazione muscolare	2.	Saper distinguere i vari tipi di contrazione muscolare e applicarli nelle attività motorie	
Principali paramorfismi dell'età scolare	5.	Riconoscere i principali paramorfismi e come prevenirli	

METODOLOGIA E STRUMENTI DIDATTICI

- Lezione frontale e/o partecipata con discussioni in classe;
 - Attività di lettura guidata, comprensione e interpretazione di testi;
 - Attività di ricerca individuale e di gruppo;
- Problem-solving;
 - Didattica laboratoriale in classe;
 - Flipped classroom;
 - Apprendimento cooperativo;
 - Debate;
- E-learning: attività sincrone (video chat, video-lezione, attività svolte su strumenti sincroni connessi ai libri di testo in adozione) e attività asincrone (attività che prevedono la consegna agli studenti di compiti e di materiali didattici per il loro svolgimento).

PIATTAFORME DI COMUNICAZIONE UTILIZZATE

G-Suite, Moodle, Classroom, Registro elettronico.

VERIFICHE E VALUTAZIONE

Si richiama quanto deliberato in sede collegiale ed inserito nel PTOF d'Istituto (*esplicitare le tipologie e le modalità di verifica facendo riferimento alle programmazioni dipartimentali*).
Le verifiche saranno, secondo necessità (infortuni e/o esoneri), pratiche e/o orali, a test a risposta multipla o aperta (almeno due per quadrimestre) e riguarderanno: test motori, percorsi coordinativi, valutazione delle capacità motorie, interrogazioni tradizionali ; i criteri terranno conto dei livelli di partenza, della partecipazione e interesse e del rispetto delle regole comportamentali .

MODALITÀ DI RECUPERO CURRICULARE E/O POTENZIAMENTO

Riproposizione delle conoscenze essenziali	X
Riproposizione delle conoscenze in forma semplificata	X
Percorsi graduati per il recupero di abilità	X
Esercitazioni per migliorare il metodo di studio	
Esercitazioni aggiuntive in classe	
Esercitazioni aggiuntive a casa	
Attività in classe per gruppi di livello	
Peer Education	
Studio individuale	

MODALITÀ DI APPROFONDIMENTO E DI VALORIZZAZIONE DELLE ECCELLENZE

Rielaborazione e problematizzazione dei contenuti	X
Impulso allo spirito critico e alla ricerca	X
Indicazioni e guida verso letture di approfondimento	
Esercitazioni per affinare il metodo di studio e di lavoro	

Attività previste per la valorizzazione delle eccellenze:

- Giochi sportivi studenteschi

Cerignola, lì 14/10/2023

Il Docente

Sabino Sciascia