



## Piano di lavoro

**Docente** FALCONE CATERINA

**Disciplina** SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

**Asse di riferimento:** DEI LINGUAGGI E  
TECNOLOGICO-SCIENTIFICO

**Classe 4** Sezione H

**Anno scolastico** 2022/23

**N. ore di insegnamento** 2

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

La quarta H, composta da 22 alunni dei quali uno seguito dal docente si sostegno per 18 ore e da AAC, si presenta ben educata, vivace e rispettosa delle regole, partecipa attivamente e con interesse alle attività proposte dall'insegnante mostrando impegno ed entusiasmo nei confronti della materia.

Dalle osservazioni iniziali è emerso che la classe possiede i prerequisiti necessari per il raggiungimento dei traguardi di competenza programmati.

Prove utilizzate per la rilevazione dei prerequisiti:

Prove strutturate e semi-strutturate (test, questionari, etc.)	
Prove non strutturate (temi, relazioni, interrogazioni, etc.)	
Osservazioni sistematiche	x
Colloquio	
Altro: .....	

Livelli di profitto in ingresso

1° Livello Alto (9-10)	2° Livello Medio (7-8)	3° Livello Base (6)	4° Livello Iniziale (4-5)
Alunni N. _____	Alunni N. _____	Alunni N. _____	Alunni N. _____
%	%	%	%

### 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 E SPORTIVE; esse sono declinate in abilità e conoscenze

**Aree tematiche di riferimento:**

3. LA MODERNITÀ: IL PROGRESSO E I SUOI LIMITI

5. SALUTE BENESSERE E BELLEZZA

Unità di Lavoro/Ambiti di Competenza	Competenze	Abilità	Conoscenze
<b>La percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saper utilizzare il lessico specifico della disciplina</li> <li>- Saper eseguire in modo corretto e consapevole le attività pratiche proposte</li> <li>- Saper coordinare azioni efficaci in situazioni complicate Accrescere la padronanza di sé</li> <li>- Saper valutare le proprie prestazioni e svolgere attività di diversa durata ed intensità</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Eseguire in percorso o in circuito esercizi di potenziamento, velocità, flessibilità e resistenza per migliorare i propri livelli di prestazione</li> <li>- Adeguare l'intensità di lavoro alla durata della prova</li> <li>- Controllare la respirazione durante lo sforzo adeguandola alla richiesta della prestazione</li> </ul>	<p><b>Anatomia e fisiologia dei principali sistemi ed apparati:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sistema nervoso e movimento</li> <li>- Definizione e classificazione del movimento</li> </ul> <p><b>L'apprendimento e il controllo motorio:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alla scoperta del movimento umano;</li> <li>- Le informazioni sensoriali;</li> <li>- Il sistema percettivo;</li> <li>- Il sistema elaborativo;</li> <li>- Il sistema effetto;</li> <li>- Il sistema di controllo;</li> <li>- Le fasi dell'apprendimento motorio.</li> </ul>
<b>Lo sport, le regole e il fair play</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Praticherà gli sport approfondendone la teoria, la tecnica e la tattica</li> <li>- Adattare la tecnica dei fondamentali nelle diverse situazioni di pratica sportiva.</li> <li>- Assumere i diversi ruoli richiesti in campo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Partecipare attivamente nel gioco assumendo ruoli e responsabilità tattiche</li> <li>- Scegliere l'attività o il ruolo più adatto alle proprie capacità fisico-tecniche</li> <li>- Assumere ruoli all'interno del gruppo in relazione alle proprie capacità individuali</li> <li>- Elaborare autonomamente e in gruppo tecniche e strategie di gioco</li> <li>- Partecipare e collaborare con i compagni per il raggiungimento di uno scopo comune</li> <li>- Interpretare criticamente un avvenimento o un evento sportivo e i fenomeni di massa legati all'attività motoria</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Le regole degli sport praticati</li> <li>- Elementi base (fondamentali) delle varie discipline sportive,</li> <li>- -Gli aspetti tecnico-tattici degli sport individuali e di squadra praticati.</li> <li>- I ruoli nel gioco praticato e le caratteristiche necessarie a coprire ogni ruolo</li> <li>- Codice gestuale dell'arbitraggio</li> <li>- Forme organizzative di tornei e competizioni</li> </ul>

<p><b>Salute, benessere, sicurezza e prevenzione</b></p> <p><i>Aree tematiche di riferimento:</i> <u>5.SALUTE</u> <u>BENESSERE E BELLEZZA</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere come intervenire negli infortuni.</li> <li>- Adoperarsi nella giusta misura per il mantenimento di un sano stile di vita.</li> <li>- Conoscere gli effetti a breve, medio e lungo termine delle diverse attività e discipline sportive.</li> <li>- Individuare e predisporre l'assistenza attiva e passiva più idonea all'attività predisposta dall'insegnante.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Assumere comportamenti finalizzati al miglioramento della salute</li> <li>-Assumere e predisporre comportamenti funzionali alla sicurezza propria e altrui durante le esercitazioni di coppia e di gruppo</li> <li>- Rispettare le regole e i turni che consentono un lavoro sicuro</li> <li>- Applicare norme e condotte volte a rimuovere o limitare situazioni di pericolo</li> <li>- Utilizzare le corrette procedure in caso d'intervento di primo soccorso</li> </ul>	<p><b>Sicurezza e prevenzione:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Il trattamento dei traumi più comuni</li> </ul>
<p><b>Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico</b></p> <p><i>Aree tematiche di riferimento:</i> <u>3. LA MODERNITÀ: IL PROGRESSO E I SUOI LIMITI</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ricercare e illustrare le caratteristiche delle diverse attività che è possibile svolgere in ambiente naturale.</li> <li>- Riconoscere le connessioni tra le diverse discipline e l'ambito motorio nei diversi ambienti naturali.</li> <li>- Conoscenza degli strumenti tecnologici più moderni in ambito sportivo e dei dispositivi utili al raggiungimento della performance.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Adeguare abbigliamento e attrezzature alle diverse attività e alle condizioni meteo</li> <li>- Praticare in forma globale varie attività all'aria aperta</li> <li>- Utilizzare appropriatamente gli strumenti tecnologici e informatici</li> </ul>	<p><b>Le attività in ambiente naturale</b></p> <p><b>Tecnologia a scuola:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Le nuove tecnologie nella didattica delle scienze motorie</li> </ul>

### **METODOLOGIA E STRUMENTI DIDATTICI**

- Lezione frontale e/o partecipata con discussioni in classe;
- Problem-solving;
- Esercitazioni pratiche individuali, a coppie, in piccolo gruppo, a squadre, strutturato e/o con modalità cooperative con piccoli e grandi attrezzi.
- Insegnamento a comando: vengono fornite esplicitamente informazioni dettagliate su come affrontare un compito. La spiegazione diretta, pertanto, include tutte le informazioni riguardanti sia il compito specifico sia la procedura per risolverlo. L'insegnante guida tutte le fasi della lezione.
- Assegnazioni di compiti: l'insegnante assegna agli alunni, singolarmente o in piccoli gruppi, determinati compiti che saranno poi eseguiti autonomamente. Il lavoro a stazioni rappresenta un esempio di questa strategia didattica.

- E-learning: attività sincrone (video chat, video-lezione, attività svolte su strumenti sincroni connessi ai libri di testo in adozione) ed eventuali attività asincrone (attività che prevedono la consegna agli studenti di compiti e di materiali didattici per il loro svolgimento).

#### SPAZI UTILIZZATI

- Palestra
- Spazi adiacenti alla palestra
- Aula

#### PIATTAFORME DI COMUNICAZIONE UTILIZZATE

G-Suite, 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 (almeno due per quadrimestre) più un'ulteriore verifica scritta a quadrimestre nel Liceo Sportivo.

Consisteranno in:

- test motori;
- percorsi coordinativi;
- valutazioni capacità motorie;
- interrogazioni tradizionali;
- prove a risposta multipla;
- interventi richiesti e/o spontanei;
- verifiche lavori effettuati a casa

I **criteri** di valutazione, resi noti a studenti e genitori, terranno conto di:

- livelli di partenza;
- obiettivi cognitivi disciplinari;
- livello delle capacità motorie di base;
- capacità coordinative;
- partecipazione attiva, impegno, atteggiamento ed interesse;
- rispetto delle regole e del gruppo classe;
- capacità rielaborative dei compiti motori.

#### MODALITÀ DI RECUPERO CURRICULARE E/O POTENZIAMENTO

Riproposizione delle conoscenze essenziali	
Riproposizione delle conoscenze in forma semplificata	<b>X</b>
Percorsi graduati per il recupero di abilità	<b>X</b>
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	<b>X</b>

## MODALITÀ DI APPROFONDIMENTO E DI VALORIZZAZIONE DELLE ECCELLENZE

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

### Attività previste per la valorizzazione delle eccellenze:

Partecipazione a GIOCHI SPORTIVI STUDENTESCHI, TORNEI SCOLASTICI, MANIFESTAZIONI

### Piano di lavoro con DDI come strumento unico (in caso di lockdown, quarantena)

#### COMPETENZE, ABILITÀ, CONOSCENZE

*(Per le competenze e le abilità si può fare riferimento al precedente quadro delle Unità di lavoro. Vanno, invece, precisate le conoscenze essenziali da acquisire.)*

Nel caso in cui sia attivata la DDI generalizzata in ragione di una “emergenza educativa” la riprogettazione delle attività didattiche prevede che competenze, conoscenze e abilità da acquisire rimarranno invariate e si farà riferimento al precedente quadro delle Unità di lavoro mentre, solo per le abilità/capacità motorie, sarà privilegiata la teoria (conoscenze teoriche) alla pratica.

#### METODOLOGIA E STRUMENTI DIDATTICI

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, Registro elettronico.

#### VERIFICHE E VALUTAZIONE

Si prevedono **almeno due prove di verifica a quadrimestre**. Oltre al colloquio, possono essere utilizzati come significativi strumenti di verifica relazioni, PowerPoint, questionari di autovalutazione, testi argomentativi, prove semi-strutturate, ricerche personali, approfondimenti, anche se non danno luogo necessariamente all’attribuzione di un voto sul registro. Tali strumenti concorrono ad una osservazione sistematica degli apprendimenti finalizzata alla valutazione formativa.

Per la valutazione si fa riferimento ai seguenti indicatori specifici e trasversali:

#### Indicatori specifici della DDI come strumento unico

1. Frequenza nei collegamenti in sincrono
2. Rispetto delle regole nei collegamenti in sincrono
3. Interazione nei collegamenti in sincrono
4. Costanza/Impegno nelle attività in asincrono
5. Rispetto delle consegne in piattaforma
6. Interazione nelle attività in asincrono

#### Indicatori trasversali di competenza

1. Acquisizione dei contenuti e dei metodi propri delle singole discipline

2. Capacità di collegare le conoscenze e ragionare con rigore logico
3. Padronanza linguistica e comunicativa
4. Uso critico delle tecnologie
5. Personalizzazione e originalità

Cerignola, lì 9/10/2023

La Docente

Falcone Caterina