

**ISTITUTO ITALIANO STATALE COMPRENSIVO DI BARCELLONA**  
**SCUOLA PRIMARIA M.MONTESSORI, SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO E**  
**LICEO SCIENTIFICO "EDOARDO AMALDI"**

**A.S.**  
**CLASSE I<sup>a</sup> A-B**  
**PIANO DI LAVORO INDIVIDUALE**

<b>DOCENTE:</b> Infantino Andrea
<b>DISCIPLINA:</b> Scienze Motorie e Sportive

<b>CONTESTO CLASSE - SITUAZIONE INIZIALE</b>
Riferimento al piano consiglio di classe rispettivamente per la sez. A e B
Numero eventuali alunni BES (DSA, DISABILITÀ certificate, ecc.) Riferimento al piano consiglio di classe rispettivamente per la sez. A e B.

<b>OBIETTIVI</b>		
<b>- A - Utilizzare efficacemente le proprie capacità condizionali</b>	Personalizza il gesto motorio con esecuzioni molto buone.	<b>10</b>
	Prende coscienza in modo ottimale delle proprie capacità condizionali, utilizzandole in modo molto sicuro in funzione delle attività proposte.	<b>9</b>
	Prende coscienza in modo sicuro delle proprie capacità condizionali, utilizzandole con padronanza.	<b>8</b>
	Esprime un soddisfacente grado di prestazione motoria, con esecuzioni sicure.	<b>7</b>
	Prende coscienza in modo adeguato delle proprie capacità condizionali.	<b>6</b>
	Presenta livelli di prestazione carente anche sotto il profilo esecutivo	<b>5</b>
	E' in difficoltà a realizzare semplici richieste motorie e ad adeguarsi a semplici proposta operative. Non si impegna e disturba.	<b>4</b>

<b>B- Utilizzare efficacemente le proprie capacità coordinative nelle varie attività proposte</b>	- Utilizza schemi motori complessi in modo sicuro e con una certa padronanza motoria. 9 - Personalizza il gesto motorio con esecuzioni molto buone. 10	<b>9/10</b>
	- Esprime un soddisfacente grado di prestazione motoria, con esecuzioni sicure.	<b>8</b>
	- Utilizza schemi motori di base quasi sempre con efficacia e disinvoltura motoria.	<b>7</b>
	Presenta livelli di prestazione carente anche sotto il profilo esecutivo	<b>6</b>
	E' in difficoltà a realizzare semplici richieste motorie e ad adeguarsi a semplici proposta operative	<b>5</b>
	Non si impegna. Non esegue le combinazioni motorie	<b>4</b>

<b>C- Acquisire e saper utilizzare le conoscenze tecnico-pratiche nelle varie situazioni di gioco e sportive</b>	- Applica le tecniche acquisite in modo efficace e personale. - E collabora attivamente con atteggiamento propositivo.	<b>10</b>
	- Applica le tecniche acquisite in modo efficace e personale.	<b>9</b>
	- Esprime una tecnica soddisfacente e sa assumersi responsabilità, collaborando positivamente durante le attività.	<b>8</b>
	- E' corretto nell'esecuzione delle tecniche acquisite.	<b>7</b>
	- Dimostra alcune incertezze nell'esecuzione delle tecniche acquisite.	<b>6</b>
	- Non partecipa.	<b>5</b>
	- Non rispetta le regole date.	<b>4</b>

<b>D- Rispettare il valore etico dello Sport e il codice deontologico dello sportivo</b>	- Assume atteggiamenti attenti e responsabili durante la pratica, specie se di carattere sportivo. 9	<b>9/10</b>
	- E mostra di possedere anche un discreto “abito sportivo”. 10	
	- E' attento alle modalità di partecipazione alle lezioni, alle iniziative sportive e mostra buone abitudini da “sportivo”. 8	<b>8</b>
	- Si comporta in modo coerente con le regole dettate, assumendo comportamenti controllati, specie nel gioco sportivo. 7	<b>7</b>
	- Prende parte alle lezioni a volte in modo disordinato con atteggiamenti che disturbano i compagni.	<b>6</b>
	- Non prende parte e disturba.	<b>5/4</b>
<b>E- Acquisire consapevolezza dell'attività motoria come necessità per il benessere della persona</b>	Conosce in modo approfondito e corretto il regolamento sportivo e assume atteggiamenti molto controllati.	<b>9/10</b>
	Conosce in modo corretto il regolamento sportivo e assume atteggiamenti controllati.	<b>8</b>
	Conosce in modo soddisfacente gli obiettivi delle attività sportive e assume comportamenti corretti.	<b>7</b>
	Conosce in modo adeguato il regolamento sportivo ed assume adeguati atteggiamenti.	<b>6</b>
	Conosce con qualche incertezza gli obiettivi delle attività sportive e non sempre assume comportamenti adeguati. Non conosce gli obiettivi delle attività sportive e mette a rischio la propria e l'altrui sicurezza	<b>5/4</b>

## **CONTENUTI**

### **UA1- Schemi motori di base**

- Esercitazione sugli schemi motori di base;- Educazione dello schema di atteggiamento;
- Esercitazioni sulla lateralità;- Esercitazioni sull'acquisizione delle nozioni spaziali e temporali;
- Esercitazioni per una corretta postura;

### **UA2- Pratica dei seguenti sport**

- Esercizi propedeutici per l'apprendimento globale dei fondamentali dei seguenti sports :
  - Pallamano,

#### - Sport individuali :

- Atletica Leggera : la pista e le sue specialità (corse, salti, lanci);
- Ginnastica Sportiva

### **U A3- Fair play**

- Conoscenza e rispetto delle regole, collaborazione con i compagni, assunzione di responsabilità, nella gestione del gioco.

### **UA4- Regole e regolamenti**

- Conoscenza delle regole di base delle seguenti attività sportive :
- Giochi di squadra ( Pallamano )Cenni storici, il campo, la palla, le squadre, scopo del gioco, principali regole, i fondamentali individuali, le infrazioni di gioco, l'arbitraggio;
- Sport individuali : (Atletica Leggera) : la pista di Atletica e le sue specialità :corse lunghe (1000m.), veloci (30m.), (staffetta 4.100), salti (in alto e in lungo), lanci (vortex). Ginnastica sportiva Femminile e maschile e i grandi attrezzi.

### **U. A5- Salute e benessere**

- Stile di vita, buone e cattive abitudini nello stile di vita, i danni della sedentarietà, l'apparato scheletrico.
- Salute, fumo,alcol e le droghe.
- Igiene personale.

## **OBIETTIVI minimi per l'ammissione alla classe successiva**

### **UA1**

Ristrutturazione degli schemi motori di base, ( Esercitazioni spazio-temporali );  
Incremento della mobilità articolare, con particolare attenzione alla postura , agli schemi di atteggiamento.

### **UA2**

Saper eseguire correttamente un fondamentale individuale della Pallamano, una specialità dell'atletica leggera, e un gesto tecnico della ginnastica sportiva.

### **UA3-4-5**

Saper adottare i comportamenti più importanti del Fair Play.

Conoscenza delle regole di base delle seguenti attività sportive : Pallamano, Atletica Leggera, ginnastica sportiva.

Adottare i comportamenti base per una sufficiente igiene personale e per uno stile di vita sano.

**METODI E STRATEGIE PER FAVORIRE L'APPRENDIMENTO E CONSEGUIRE GLI OBIETTIVI,**  
**con l'indicazione dei percorsi alternativi cui ricorrere per favorire il successo formativo nella logica dell'inclusività.**

U. A1

Globale, libera esplorazione, esecuzione degli schemi di movimento propri delle attività proposte.  
Guida al lavoro individuale e di gruppo, assegnazioni di compiti.

U. A2

Globale, analitica ed esecuzione individuale e di gruppo dei gesti tecnici proposti. Gioco di squadra e individuali.

U.A3

Guida ad un comportamento leale, di rispetto delle regole fondamentali della convivenza;  
Consigli per un uso appropriato degli ambienti e delle loro attrezzature;  
Guida per una maggiore collaborazione e tolleranza nei confronti dei propri compagni;  
Consolidamento degli S.M. di base attraverso la ripetizione;  
Esercitazioni in forma competitiva ( gioco di regole ) .  
Guida al lavoro individuale e di gruppo, assegnazioni di compiti.  
Chiarimenti, consigli per un uso corretto delle proprie capacità psicofisiche.

U.A 4

Spiegazione verbale dei compiti assegnati, chiarimenti, guida alla discussione e alla collaborazione, proiezioni di video-cassette, letture,questionari, schede.

**STRUMENTI E RISORSE DIDATTICHE**

- Attrezzatura ginnico-sportiva : piccoli e grandi attrezzi della palestra,
- spazi disponibili all'aperto: spazi adiacenti alla palestra.
- schede, questionari, dispense, discussioni guidate.
- libro di testo : "Sport in Gioco", schede, questionari, dispense, discussioni guidate.

## **STRUMENTI DI VERIFICA E MODALITA' DI VALUTAZIONE**

Fasce di livello.

Test d'ingresso: corsa a navetta, lancio della palla medica, salto in lungo da fermo, test di resistenza 7 minuti, test addominali, test flessibilità.

U.A1

Test psico-motorio. Test funzionale

U.A2

Osservazione sistematiche, dimostrazione individuale e collettiva dei gesti motori specifici delle attività sportive proposte; assegnazione di ruoli.

U.A3-4-5

Discussioni – questionari schede - lavori di gruppo - Ricerche – test risposta multipla.

Le verifiche investiranno sia la sfera cognitiva che motoria e verranno effettuate attraverso prove individuali e collettive. Saranno effettuate all'inizio dell'anno scolastico, durante e al termine di ogni unità didattica. La valutazione verrà eseguita tenendo conto del:

- livello di padronanza,
- della partecipazione,
- dell'interesse e dell'impegno,
- dei progressi compiuti,
- del comportamento,
- del grado di socializzazione raggiunto,
- e del grado di conoscenze acquisite.

Pertanto la valutazione risulterà, con la valutazione in decimi :

9/10 Quando l'alunno oltre a raggiungere i migliori risultati sportivi, dimostra una partecipazione seria, responsabile e costante. L'interesse e l'impegno sempre vivi; il metodo di lavoro caratterizzato dalla buona volontà e dal desiderio di apprendere per migliorarsi.

8 Quando l'alunno ha una partecipazione seria e perseverante e al meglio delle proprie capacità motorie generali e tecnico-sportive.

Interesse e impegno costanti e diversificati per le varie proposte. Il metodo di lavoro caratterizzato dalla buona volontà e un comportamento responsabile, costruttivo, collaborativo e rispettoso delle regole scolastiche, sociali e sportive.

7 Quando l'alunno ha una partecipazione responsabile e buone capacità motorie generali e tecnico-sportive. Interesse e impegno regolari. Il metodo di lavoro autonomo e rispettoso delle regole scolastiche.

6 Quando l'alunno, che a prescindere dai risultati tecnico-sportivi, dimostrerà un impegno superficiale, una partecipazione non regolare, un metodo di lavoro non sempre autonomo, ma serenità nell'accettazione dei propri limiti, desiderio di migliorare, rispetto delle regole, dei compagni e degli avversari, correttezza nelle situazioni di gioco, autocontrollo.

5/4 Quando l'alunno dimostra una partecipazione superficiale, un metodo di lavoro approssimativo e selettivo, interesse e impegno discontinui o inesistenti. Comportamento non rispettoso delle regole scolastiche, sociali e sportive.

## **STRUMENTI COMPENSATIVI/DISPENSATIVI utilizzabili in presenza di DSA**

solo verifiche scritte : questionari a risposta chiusa, uso di video-cassette.

## **STRUMENTI DI RECUPERO E SOSTEGNO**

Verrà effettuata alla fine di ogni unità didattica per gli alunni più carenti, utilizzando l'insegnamento individualizzato e la collaborazione degli alunni più capaci.

## **EVENTUALI ATTIVITÀ DI ARRICCHIMENTO DEL CURRICOLO e di APPROFONDIMENTO**

La classe parteciperà alla fase di Istituto del Torneo di Pallamano. Svolgerà le seguenti attività di arricchimento in base alle possibilità: Calcio, Hockey, Badminton, Beach tennis, attività sportiva in ambiente naturale.

DATA,  
Novembre 2018

IL DOCENTE  
Andrea Infantino