

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

A.S.
CLASSE I^a A-B
PIANO DI LAVORO INDIVIDUALE

DOCENTE: Infantino Andrea
DISCIPLINA: Scienze Motorie e Sportive

CONTESTO CLASSE - SITUAZIONE INIZIALE
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.

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

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

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

D- Rispettare il valore etico dello Sport e il codice deontologico dello sportivo	- Assume atteggiamenti attenti e responsabili durante la pratica, specie se di carattere sportivo. 9	9/10
	- 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	8
	- Si comporta in modo coerente con le regole dettate, assumendo comportamenti controllati, specie nel gioco sportivo. 7	7
	- Prende parte alle lezioni a volte in modo disordinato con atteggiamenti che disturbano i compagni.	6
	- Non prende parte e disturba.	5/4
E- Acquisire consapevolezza dell' attività motoria come necessità per il benessere della persona	Conosce in modo approfondito e corretto il regolamento sportivo e assume atteggiamenti molto controllati.	9/10
	Conosce in modo corretto il regolamento sportivo e assume atteggiamenti controllati.	8
	Conosce in modo soddisfacente gli obiettivi delle attività sportive e assume comportamenti corretti.	7
	Conosce in modo adeguato il regolamento sportivo ed assume adeguati atteggiamenti.	6
	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	5/4

CONTENUTI

UA1- Schemi motori di base

- Teoria: L'abc dei nostri movimenti, l'organizzazione del corpo nello spazio;
- 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,
- Softball,

- Sport individuali :

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

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. Il regolamento, campo di gioco e i fondamentali del Bádminon.

U. A5- Salute e benessere

-Stile di vita, buone e cattive abitudini nello stile di vita, i danni della sedentarietà, l'apparato scheletrico.

-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

Osservazioni 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, Beach tennis, attività sportiva in ambiente naturale.

DATA,
Gennaio 2021

IL DOCENTE
Andrea Infantino