

Piano didattico annuale a.s. 2021/22

Liceo Scientifico

Classe S4B

Materia ED. FISICA

Docente EDOARDO VERINO

Ore di lezione curriculari: 2 ore

1. Profilo della classe

La classe è composta da 26 allievi (16 maschi e 10 femmine). E' una classe vivace, competitiva, collaborativa e anche dal punto di vista motorio - sportivo il livello generale è molto buono.

2. Obiettivi formativi e finalità educative

L'azione didattica ed educativa propria della scuola salesiana ha il suo fulcro nel binomio "buoni cristiani e onesti cittadini" (don Bosco). Gli obbiettivi formativi che il docente si prefigge sono, dunque, i seguenti:

- educare i ragazzi alla lealtà e all'onestà di comportamento nei confronti di docenti e compagni
- educare i ragazzi al dialogo nel lavoro in classe e nei momenti di animazione
- educare i ragazzi alla condivisione e all'ascolto
- educare i ragazzi al rispetto del regolamento
- educare i ragazzi all'ordine, alla precisione e alla puntualità

3. Programma

3.1 Obiettivi generali dell'apprendimento

L'intervento sarà rivolto al raggiungimento sia di obiettivi trasversali relativi al vivere comunitario e scolastico, sia al raggiungimento di obiettivi didattici specifici evidenziati nella riunione d'area.

Tra i primi si indicano quelli più direttamente coinvolti nello svolgimento dell'attività di Educazione Fisica, validi sia per il biennio che per il triennio, ed in particolare:

• **PARTECIPAZIONE AL LAVORO DI CLASSE** attraverso:

- L'impegno espresso da disponibilità e metodi di lavoro
- La partecipazione attiva, non solo nei confronti delle attività più congeniali
- La richiesta di spiegazioni ed approfondimenti
- L'attenzione e il coinvolgimento mostrati anche in caso di mancata partecipazione attiva alle lezioni (esoneri/giustificazioni)

• ASSUNZIONE DI REGOLE DI COMPORTAMENTO

- Frequentare in modo regolare
- Rispettare gli orari di lezione senza attardarsi negli spogliatoi durante il cambio degli indumenti e adottando in questo luogo un comportamento decoroso
- Giustificare correttamente l'indisposizione temporanea o altri periodi più lunghi che costringono al riposo dalla parte pratica, nel rispetto delle regole concordate con l'insegnante
- Non assumere comportamenti di eccessivo disturbo nelle fasi organizzative delle attività
- Accettare di lavorare e condividere eventualmente gli spazi con compagni anche di altre classi
- Rispettare lo spazio e le attrezzature in uso in palestra o nell'ambiente in cui viene svolta la lezione
- Rispettare gli impegni presi

Obiettivi generali formativi

- Abituare gli allievi a non crearsi dei limiti psicologici (es. "non ce la faccio", "non ci riesco")
- Migliorare le conoscenze motorie di base attraverso l'allenamento e la ripetizione del gesto tecnico
- Suscitare il piacere della ripetizione nel rispetto delle regole e del fair play
- Verificare i progressi ottenuti attraverso prove ripetute nel corso del quinquennio

Obiettivi generali didattici

- Sviluppare e migliorare le qualità fisiche (forza, velocità, resistenza, mobilità articolare)
- Affinare le funzioni neuromuscolari (presa di coscienza ed elaborazione di tutte le informazioni spaziali, temporali e corporee, con conseguente controllo del movimento)
- Acquisire capacità operative motorie, cercando di privilegiare le situazioni complesse che richiedono una ricerca autonoma di soluzioni tecnico - motorie.

3.2 Obiettivi minimi dell'apprendimento

Con obiettivi minimi si intendono i livelli di conoscenze e competenze propri di ciascuna disciplina che sono considerati indispensabili per il raggiungimento della sufficienza. In particolare per le classi del TERZO e del QUARTO anno (liceo scientifico e scienze applicate) essi saranno:

• **POTENZIAMENTO DELLE CAPACITA' CONDIZIONALI** (essere consapevole del percorso effettuato per conseguire il miglioramento delle capacità condizionali):

- RESISTENZA: essere in grado di eseguire un lavoro senza interruzioni e raggiungere il minimo richiesto
- FORZA: essere in grado di esprimere tensioni muscolari che consentano lo svolgimento di esercizi corretti
- VELOCITA': essere in grado di eseguire velocemente un'azione motoria che consenta l'efficacia del gesto
- MOBILITA' ARTICOLARE: essere in grado di compiere movimenti con la fisiologica escursione articolare

• **SVILUPPO DELLE CAPACITA' COORDINATIVE**

Essere consapevole del percorso effettuato per conseguire le capacità coordinative.

Essere in grado di svolgere tutto l'esercizio in modo efficace, pur se con qualche imprecisione.

● CONOSCENZA E PRATICA DELLE ATTIVITA' SPORTIVE

Essere consapevole del percorso effettuato per praticare almeno un gioco sportivo e una specialità individuale.
Essere in grado di eseguire, pur con qualche imprecisione, il gesto di un gioco sportivo di squadra o di una specialità sportiva in maniera efficace.

● ESPRESSIVITA' CORPOREA

Eseguire correttamente le combinazioni proposte e saper creare una combinazione coreografica.
Essere in grado di eseguire una sequenza di movimenti proposta o di libera ideazione in modo corretto e a ritmo.

● BENESSERE E SICUREZZA: EDUCAZIONE ALLA SALUTE

Essere consapevole del percorso da effettuare per il mantenimento della salute nel tempo.
Saper riferire in modo semplice, essenziale e comprensibile gli argomenti svolti durante l'anno.
Partecipare all'attività e dimostrare l'impegno minimo richiesto.
Evitare di sottrarsi alle attività proposte.

3.3 Contenuti

Nel secondo biennio l'azione di consolidamento e di sviluppo delle conoscenze e delle abilità degli studenti proseguirà al fine di migliorare la loro formazione motoria e sportiva. A questa età gli studenti, favoriti anche dalla completa maturazione delle aree cognitive frontali, hanno acquisito una sempre più ampia capacità di lavorare con senso critico e creativo, con la consapevolezza di essere attori di ogni esperienza corporea vissuta.

Percezione di sé e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive

La maggior padronanza di sé e l'ampliamento delle capacità cognitive, condizionali ed espressive permetteranno agli studenti di realizzare movimenti complessi e di conoscere ed applicare alcune metodiche di allenamento tali da poter affrontare attività motorie e sportive di alto livello, supportate anche da approfondimenti culturali e tecnico-tattici. Lo studente saprà valutare le proprie capacità e prestazioni confrontandole con le appropriate tabelle di riferimento e svolgerà attività di diversa durata ed intensità, distinguendo le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica motoria e sportiva.
Sperimenterà varie tecniche espressivo-comunicative in lavori individuali e di gruppo, che potranno suscitare una riflessione ed un'analisi dell'esperienza vissuta.

Lo sport, le regole e il fair play

L'accresciuto livello delle prestazioni permetterà agli allievi un maggiore coinvolgimento in ambito sportivo, nonché la partecipazione e l'organizzazione di competizioni a scuola nelle diverse specialità sportive o attività espressive. Lo studente saprà osservare ed interpretare i fenomeni legati al mondo sportivo e all'attività fisica praticando gli sport e approfondendone la teoria, la tecnica e la tattica.

Salute, benessere, sicurezza e prevenzione

Ogni allievo saprà prendere coscienza della propria corporeità al fine di perseguire quotidianamente il proprio benessere individuale. Saprà adottare comportamenti idonei a prevenire infortuni nelle diverse attività, nel rispetto della propria e della altrui incolumità.

Il movimento e la sua relazione con l'ambiente naturale

Il rapporto con la natura si svilupperà attraverso attività che permetteranno esperienze motorie ed organizzative di maggiore difficoltà stimolando il piacere di vivere esperienze diversificate sia individualmente che nel gruppo.

Attività integrative ed aggiuntive: tornei tra le classi, partecipazione ai giochi sportivi AGESC, eventuali uscite per integrare il programma delle varie attività sportive.

4. Metodologie didattiche

Le attività proposte saranno il più possibile variate-differenziate e rispettose della gradualità esecutiva al fine di stimolare la curiosità e l'interesse degli allievi e di offrire loro ampie possibilità di esperienze motorie senza tuttavia perdere di vista i minimi approfondimenti tecnici necessari a consentire apprendimenti duraturi. Si cercherà a tale scopo, di tenere presente le principali preferenze ed inclinazioni del gruppo/classe per quanto riguarda la scelta delle attività.

Le lezioni si svolgeranno secondo uno schema collaudato negli anni passati e comunque legato alle esigenze della materia. Ad una fase di riscaldamento generale seguirà sempre una parte centrale tendente ad allenare e migliorare le qualità fisiche o dedicata alla pratica dei principali sport di squadra oppure alla valutazione atletica dei singoli alunni tramite test e prove attitudinali.

Gli allievi che per motivi di salute non prenderanno parte allo svolgimento delle attività pratiche, saranno chiamati a collaborare con l'insegnante nelle seguenti attività:

- Organizzazione del materiale utile allo svolgimento delle lezioni
- Espletamento di compiti di arbitraggio
- Cronometraggio nei test di velocità e di resistenza

Agli allievi esonerati saranno richieste tesine e presentazioni powerpoint su argomenti concordati con l'insegnante.

5. Valutazione

La valutazione finale sarà ottenuta dalla media delle verifiche disciplinari teorico - pratiche riguardanti le conoscenze, le abilità e le competenze acquisite, ma terrà anche conto dell'impegno, del comportamento, della partecipazione e dell'interesse mostrati da ogni allievo durante le lezioni.

5.1 Metodi di valutazione

In linea con quanto riportato nel PTOF e stabilito dal Regolamento sulla valutazione (DPR 22 giugno 2009 n. 122) e alla C.M. 89 del 18 ottobre 2012, la valutazione del percorso didattico è attuata per mezzo di:

- Verifiche pratiche (test pratici nel campo sportivo o in palestra)
- Interrogazioni orali
- Verifiche formative, che non vengono computate ai fini della valutazione e servono per il controllo in itinere del processo di apprendimento

Ai fini della valutazione si terrà conto inoltre di:

- Impegno, partecipazione e frequenza relativi a tutto l'anno scolastico e dimostrati non solo nei confronti delle attività più congeniali
- Rispetto delle regole stabilite
- Risultati ottenuti nel raggiungimento degli obiettivi prefissati partendo dalle capacità iniziali individuali

5.2. Criteri di valutazione

Le prove di verifica saranno svolte con cadenza possibilmente regolare.

Si prevede un numero minimo di tre prove pratiche nel primo trimestre e quattro nel pentamestre. Saranno utilizzate sia griglie di osservazione che contengono performances ben precise, misurabili ed interpretabili, sia l'osservazione diretta da parte dell'insegnante nel rispetto di criteri di chiarezza e oggettività in riferimento all'obiettivo da raggiungere. Per la valutazione numerica e l'espressione di giudizi sintetici o analitici si farà riferimento al P.T.O.F.

Il range dei voti riportato nel PTOF va da 2 (rifiuto della prova) a 10 (prova completa e corretta). Le valutazioni sono espresse in decimi, interi o con decimali. Nel calcolo della media aritmetica, il + è da considerarsi come voto,25; il voto nella forma voto/voto è da intendersi, invece, come voto,75.

6. Attività di Sostegno e recupero

Attività di sostegno e di recupero saranno attivate qualora fossero necessarie.

7. Libri di testo e/o strumenti didattici

Non saranno adottati libri di testo; verranno utilizzate dispense e presentazioni powerpoint fornite dall'insegnante.

Data 31/10/2021

Firma

Edoardo Verino