

## **Piano didattico annuale a.s. 2021/22**

### **Liceo Scienze Applicate**

**Classe 5SA**

**Materia ED. FISICA**

**Docente EDOARDO VERINO**

**Ore di lezione curriculari: 2 ore**

#### **1. Profilo della classe**

La classe è composta da 25 allievi (22 maschi e 3 femmine). E' una classe unita, attiva e collaborativa e anche per quanto riguarda l'aspetto motorio - sportivo il livello è in generale 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 obiettivi 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 QUINTO 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**

Al quinto anno la personalità dello studente potrà essere pienamente valorizzata attraverso l'ulteriore diversificazione delle attività, utili a scoprire ed orientare le attitudini personali nell'ottica del pieno sviluppo del potenziale di ciascun individuo. In tal modo le scienze motorie potranno far acquisire allo studente abilità molteplici, trasferibili in qualunque altro contesto di vita. Ciò porterà all'acquisizione di corretti stili comportamentali che abbiano radice nelle attività motorie sviluppate nell'arco del quinquennio in sinergia con l'educazione alla salute, all'affettività, all'ambiente e alla legalità.

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

Lo studente sarà in grado di sviluppare un'attività motoria complessa, adeguata ad una completa maturazione personale. Avrà piena conoscenza e consapevolezza degli effetti positivi generati dai percorsi di preparazione fisica specifici. Saprà osservare e interpretare i fenomeni connessi al mondo dell'attività motoria e sportiva proposta nell'attuale contesto socioculturale, in una prospettiva di durata lungo tutto l'arco della vita.

#### ***Lo sport, le regole e il fair play***

Lo studente conoscerà e applicherà le strategie tecnico-tattiche dei giochi sportivi; saprà affrontare il confronto agonistico con un'etica corretta, con rispetto delle regole e vero fair play. Saprà svolgere ruoli di direzione dell'attività sportiva, nonché organizzare e gestire eventi sportivi nel tempo scuola ed extra-scuola.

#### ***Salute, benessere, sicurezza e prevenzione***

Lo studente assumerà stili di vita e comportamenti attivi nei confronti della propria salute intesa come fattore dinamico, conferendo il giusto valore all'attività fisica e sportiva anche attraverso la conoscenza dei principi generali di una corretta alimentazione e di come essa è utilizzata nell'ambito dell'attività fisica e nei vari sport.

#### ***Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico***

Lo studente saprà mettere in atto comportamenti responsabili nei confronti del comune patrimonio ambientale, tutelando lo stesso ed impegnandosi in attività ludiche e sportive in diversi ambiti, anche con l'utilizzo della strumentazione tecnologica e multimediale a ciò preposta.

*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 P.T.O.F. 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