Piano didattico annuale a.s. 2021/22
Liceo Scientifico

Classe S4C **Materia ED. FISICA**
Docente ROSSO CORRADO **Ore di lezione curriculari 2**

1.Profilo della classe

La classe è composta da 26 allievi: 14 femmine e 12 maschi. È una classe molto vivace e positiva nella quale le attività proposte vengono svolte in modo proficuo e collaborativo.

2.Obiettivi formativi e finalità educative

OBIETTIVI
L'intervento sarà rivolto al raggiungimento sia di obiettivi trasversali relativi al vivere comunitario e scolastico (impegno - autocontrollo – sviluppo e miglioramento della socialità), sia al raggiungimento di obiettivi didattici specifici evidenziati nella riunione di area.
Tra i primi si indicano quelli più direttamente coinvolti nello svolgimento dell'attività della Educazione Fisica.

OBIETTIVI TRASVERSALI – FORMATIVI DIDATTICI:

PARTECIPARE AL LAVORO DI CLASSE Attraverso:
- impegno espresso da disponibilità e metodo di lavoro
- partecipazione attiva non solo nei confronti delle attività più congeniali
- richiesta di spiegazioni e approfondimenti
- attenzione e partecipazione espresse anche in caso di mancata partecipazione diretta alle lezioni (esoneri/giustificazioni).

ASSUNZIONE DI REGOLE DI COMPORTAMENTO
- frequentare in modo regolare
- rispettare gli orari e non attardarsi negli spogliatoi durante il cambio d'abito e mantenere 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 con qualsiasi compagno/a anche di altra classe
- rispettare lo spazio e le attrezzature in uso in palestra o nell'ambiente dove viene svolta la lezione
- rispettare gli impegni presi

OBIETTIVI SPECIFICI:
Gli interventi saranno realizzati tenendo conto, per quanto possibile, sia delle caratteristiche fisiologiche e psicologiche di ogni singolo/a allievo/a che di quelle caratterizzanti le classi.

3.Programma

PREMESSA GENERALE
La programmazione sarà articolata in riferimento ai programmi Ministeriali, all'attivazione dei progetti Sportivi inseriti nel PtOF e alla valutazione delle seguenti voci:

- ambiente palestra e attrezzature a disposizione
- collocazione oraria delle lezioni
- composizione delle classi/ squadre
- prerequisiti delle classi/squadre

Pertanto i CONTENUTI PROGRAMMATI saranno i seguenti:

- rilevazione delle capacità individuali di partenza in relazione alle diverse attività sia singole che di gruppo e delle capacità medie delle classi, attraverso TEST
- esercizi a corpo libero in varietà di forme applicative ed in riferimento alle diverse capacità motorie (condizionali e coordinative)
- conoscenza ed applicazione della funzione del RISCALDAMENTO svolto in diverse forme applicative
- pratica dei seguenti giochi di squadra:

PALLAVOLO - PALLACANESTRO - CALCETTO con particolare attenzione ai fondamentali individuali e con rilevazione del grado di conoscenza delle rispettive regole di gioco.
Proposta di gioco con ridotto numero di giocatori su campi ridotti, finalizzando questo intervento soprattutto all'aumento dei tempi di gioco effettivo e al miglioramento della possibilità di controllo e di correzione degli allievi. Conoscenza e applicazione delle principali regole di gioco.

- pratica e conoscenza delle seguenti attività individuali:

ATLETICA LEGGERA, con particolare attenzione a:

- corsa veloce: 50m piani, 30m HS.
- corsa di resistenza: Mezzo Cooper, Campestre.
- Salto in alto.
- salto in lungo.
- salto triplo.
- Getto del peso.

ACROBATICA di BASE con particolare attenzione:

- percorso tipo gimkana

GRANDI ATTREZZI:

- pertica

Il loro utilizzo sarà proposto in forma globale e combinata con i PICCOLI ATTREZZI e il loro inserimento avverrà in percorsi misti.

In sintesi per il TRIENNIO l'Ed. Fisica dovrà rappresentare una *prosecuzione-evoluzione-conclusione* di quanto fatto nel *BIENNIO* al fine di completare la strutturazione della personalità per un consapevole inserimento nella società, al fine di affrontare l'Esame di Stato, sempre attraverso l'acquisizione del valore della corporeità.
Al termine lo studente dovrà essere in grado di *utilizzare-applicare-organizzare* le qualità fisiche neuro muscolari in situazioni diversificate, le conoscenze delle metodiche inerenti al mantenimento della salute; dovrà essere in grado

di praticare almeno due degli sport programmati. Dovrà inoltre conoscere le caratteristiche tecnico-tattiche e metodologiche degli sport praticati ed i comportamenti efficaci ed adeguati in caso di infortuni.

Per quanto riguarda le informazioni fondamentali sulla **tutela della salute** e sulla **prevenzione degli infortuni**, queste saranno fornite sia durante lo svolgimento delle attività pratiche, ogni qualvolta se ne presenterà l'occasione, sia in momenti più specifici di approfondimento, in particolare gli argomenti saranno i seguenti:

- gli effetti dell'esercizio fisico sull'organismo
- tecniche elementari di pronto soccorso
- nozioni di igiene ed alimentazione
- cenni storici sui giochi olimpici
- doping

PROGRAMMA DI EDUCAZIONE CIVICA.

Due ore del secondo quadrimestre, come da accordi presi in CdC, saranno dedicate al fair play, il tema sarà approfondito con riflessioni e spunti tratti dalla carta del Fair play nello sport, attraverso una presentazione in PowerPoint, con l'obiettivo di sensibilizzare i ragazzi su temi di etica sportiva e non solo.

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.

5.Valutazione

Comprenderà:

- comportamento tenuto durante le ore di lezione sia nei confronti dei compagni che dell'insegnante
- rispetto delle regole stabilite inizialmente
- impegno, partecipazione, frequenza: relativi a tutto l'anno scolastico e dimostrati non solo nei confronti delle attività più congeniali
- risultati ottenuti nel raggiungimento degli obiettivi prefissati partendo e valutando le personali capacità iniziali

Ai fini della valutazione si prevedono un numero minimo di tre prove pratiche o scritte per quadrimestre. 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 PtOF.

ESONERO DALLE ATTIVITA' PRATICHE

In base alle normative esistenti a riguardo, gli allievi / le allieve che per motivi di salute non potranno prendere parte allo svolgimento delle attività pratiche, saranno impegnati a collaborare con l'insegnante nelle seguenti attività:
-organizzazione del materiale utile allo svolgimento delle lezioni;
-espletamento di compiti di arbitraggio;
-tesine su argomenti concordati con l'insegnante.

Verrà data l'opportunità di preparare un argomento di studio, suggerito dall'insegnante, ai ragazzi meritevoli che, per evidenti difficoltà strutturali non riusciranno ad ottenere un profitto sufficientemente gratificante.

Il *range* dei voti riportato nel PtOF va da 2 (rifiuto della prova) a 10. Le valutazioni sono espresse in decimi, interi o con decimali.

6.Attività di Sostegno e recupero

Nel corso delle ore curricolari sarà sempre possibile, su ragionevole richiesta, recuperare o migliorare eventuali test carenti o mancanti.

7.Libri di testo e/o strumenti didattici

Non sano stati adottati libri di testo. Verranno utilizzate dispense, presentazioni in PowerPoint e video dimostrativi forniti dall'insegnante.

8. Attività complementari

L'Istituto ha confermato, emergenza COVID permettendo, la partecipazione ai Giochi Sportivi Studenteschi, giochi AGESC. Potranno essere esclusi nelle rappresentative della scuola gli allievi che avranno ottenuto otto come voto di condotta.
All'interno dell'Istituto si proporranno tornei di calcio a 5 e pallavolo maschile e femminile.

Data 31/10/2021

Firma: Rosso Corrado