



ISTITUTO ISTRUZIONE SUPERIORE "E.S.PICCOLOMINI"

con sezioni associate: Liceo Classico e Musicale "E.S. Piccolomini" Siena – Prato S.Agostino n.2 – Tel.0577280787
Liceo Artistico "D. Buoninsegna" – Siena – Piazza Madre Teresa di Calcutta n.2 – Tel.0577/281223
Liceo Scienze Umane "S. Caterina da Siena" Siena – Prato S.Agostino n.2 – Tel.0577280787
Liceo Linguistico "R. Lambruschini" Montalcino – Prato dell'Ospedale – Tel.0577/848131

Anno scolastico 2018-2019 PIANO DI LAVORO DEL DOCENTE

Docente: Caterina Benincasa
Disciplina/e: Scienze motorie e sportive
Classe: 1C Liceo Artistico
Monte ore previsto dalla normativa (ore settimanali x 33):
66

PROFILO INIZIALE DELLA CLASSE

(Indicare i livelli di partenza osservati nella fase iniziale dell'anno: prerequisiti, conoscenze, competenze, livelli di impegno, interesse, partecipazione alle proposte didattiche, etc.)

La maggior parte degli alunni partecipa con interesse e dimostra buone capacità fisiche e motorie. Il comportamento è corretto, anche se alcune alunne vanno incoraggiate a svolgere determinati esercizi e qualche alunno va tenuto sotto controllo per eccessiva esuberanza. La classe è ben disposta alla pratica sportiva.

FINALITA'/OBIETTIVI della/e disciplina/e

- Conoscenza e pratica delle attività motorie, intesa come esperienza vissuta del maggior numero di attività, al fine di allargare ed arricchire la propria cultura in riferimento all'educazione fisica e sportiva e soprattutto per consolidare l'abitudine al moto ad alla vita sana.
- Formazione e consolidamento della personalità e del carattere. Interventi che mirano a rafforzare nel giovane un atteggiamento positivo verso il proprio corpo
- Informazioni sulla tutela della salute e sulla prevenzione degli infortuni

--

RISULTATI DI APPRENDIMENTO PERSEGUITI
dalle indicazioni nazionali per i licei, **DI 7/10/2010** (selezionare quelli rilevanti per la propria disciplina)

O	1. Area metodologica	
	a. Aver acquisito un metodo di studio autonomo e flessibile, che consenta di condurre ricerche e approfondimenti personali e di continuare in modo efficace i successivi studi superiori e di potersi aggiornare lungo l'intero arco della propria vita.	X
	b. Essere consapevoli della diversità dei metodi utilizzati dai vari ambiti disciplinari ed essere in grado valutare i criteri di affidabilità dei risultati in essi raggiunti.	X
	c. Saper compiere le necessarie interconnessioni tra i metodi e i contenuti delle singole discipline.	X
	2. Area logico-argomentativa	
	a. Saper sostenere una propria tesi e saper ascoltare e valutare criticamente le argomentazioni altrui.	X
	b. Acquisire l'abitudine a ragionare con rigore logico, ad identificare i problemi e a individuare possibili soluzioni.	X
	c. Essere in grado di leggere e interpretare criticamente i contenuti delle diverse forme di comunicazione.	

METODI E STRUMENTI
(Indicare metodologie e strumenti che si intendono adottare; attività curricolari ed extracurricolari; eventuali visite guidate, partecipazione a concorsi, etc.)

Potenziamento fisiologico , rielaborazione degli schemi motori, allenamento sportivo e pratica sportiva in palestra e al campo scuola.

SCANSIONE DEI CONTENUTI

Incremento della resistenza, della velocità e della forza.
Mobilizzazione del cingolo scapolo-omerale e coxo-femorale.
Coordinazione generale e segmentaria.
Educazione alla prontezza, destrezza, agilità ed equilibrio.
Educazione alla salute
Conoscenza degli sport principali

VERIFICHE

(Indicare il numero e la tipologia delle verifiche che si prevede di svolgere durante l'anno)

- Esercizi vari di allenamento sportivo.
- Test motori
- Pratica sportiva

CRITERI DI VALUTAZIONE

(Indicare i parametri in base ai quali si intende valutare il profitto e, ove necessario, gli obiettivi minimi da raggiungere)

La valutazione seguirà le griglie di valutazione dei vari test motori e i risultati raggiunti nella pratica sportiva.

Siena, 11/11/18

Il Docente
Caterina Benincasa