



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: 1D 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.)
<p>La maggior parte degli alunni partecipa con interesse e dimostra buone capacità fisiche e motorie. Il comportamento nel complesso è corretto ma alcuni alunni tendono ad evitare l'attività motorie e necessitano di essere stimolati. Qualche alunno è eccessivamente esuberante e quindi va tenuto sotto controllo.</p> <p>La classe è ben disposta alla pratica sportiva.</p>
FINALITA'/OBIETTIVI della/e disciplina/e
<ul style="list-style-type: none">-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)

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