



## 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

<b>Docente: Caterina Benincasa</b>
<b>Disciplina/e: Scienze motorie e sportive</b>
<b>Classe: 4D Liceo Artistico</b>
<b>Monte ore previsto dalla normativa (ore settimanali x 33):</b>
<b>66</b>

#### 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.)

Quasi tutti gli alunni partecipano con interesse e dimostrano buone capacità fisiche e motorie. Il comportamento è abbastanza corretto, anche se alcune alunne vanno incoraggiate a svolgere determinati esercizi, soprattutto quelli collegati con i giochi sportivi. Altri studenti hanno ottenuto nel corso degli anni buoni risultati nelle varie prove motorie. Il resto della classe è ben disposto 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	<b>1. Area metodologica</b>	
	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
	<b>2. Area logico-argomentativa</b>	
	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 categoria allievi in palestra e al campo scuola.

**SCANSIONE DEI CONTENUTI**

Incremento della resistenza, della velocità e della forza.  
Mobilizzazione del cingolo scapolo-omeroale e coxo-femorale.  
Coordinazione generale e segmentaria.  
Educazione alla prontezza, destrezza, agilità ed equilibrio.  
Educazione alla salute  
Conoscenza e pratica 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**