

PROGRAMMAZIONE DIDATTICA

Disciplina: **EDUCAZIONE FISICA**

Classi: *1e I.T.I.S. e L.S.T.*

Anno Scolastico:2009/2010

Finalità:

La scoperta e l'orientamento delle attitudini personali nei confronti di attività sportive specifiche e di attività motorie che possono tradursi in capacità trasferibili al campo lavorativo e del tempo libero. Armonico sviluppo corporeo e motorio con una evoluzione di equilibrata coscienza sociale. Pratica motoria come costume di vita in un quadro di positiva coscienza relativa alla propria corporeità.

Obiettivi:

1. Vincere le resistenze rappresentate dal carico naturale.
 2. Eseguire movimenti con escursioni massimali.
 3. Perfezionamento delle capacità coordinative.
 4. Superamento di difficoltà di vario grado e successive.
 5. Aumento delle capacità condizionali in riferimento a tempi e carico di lavoro.
 6. Conoscenze propedeutiche a sport individuali e di squadra.
- I) Unità di ingresso attraverso attività di gioco guidato, circuiti formativi, attraverso forme di movimento che possono fornire indicazioni.

Contenuti:

Attività carico naturale. Attività in opposizione e resistenza. Utilizzo didattico e propedeutico con attrezzi. Attività sportive individuali prevalentemente orientate all'atletica leggera, la ginnastica a corpo libero. Attività sportive di squadra: quelle compatibili con le condizioni ambientali disponibili (e strutturali).

Conoscenze essenziali per la prevenzione agli infortuni sportivi.

Modalità di lavoro:

Sono previsti lavori a gruppi di alunni delle diverse classi su programmi attuabili nelle tre differenti palestre. Al p.t. ,provvisto di spazi per le lezioni teoriche, si parlerà delle tematiche relative ai vari sport di squadra, anche per mezzo di video: mentre nella sala muscolazione si terranno lezioni inerenti il rafforzamento muscolare. Utilizzo attrezzatura da ping pong per motricità oculo manuale. Ai piani superiori si svolgerà la pratica dei lavori a corpo libero ed alle discipline ludiche di palestra secondo i programmi ministeriali utilizzo di campi all'aperto per attività didattiche di atletica .

Strumenti di lavoro:

1. Utilizzo delle offerte in ambiente naturale disponibili.
2. Grandi e piccoli attrezzi disponibili nelle strutture.
3. Utilizzo spazio multimediale in aula audiovisivi.
4. Utilizzo sala di muscolazione per lavori individuali.
- 5 lavoro sul ritmo con musica a discrezione dei docenti.

Tipologie di verifica:

1. Continue, attraverso l'osservazione.
2. Periodiche, attraverso prove di sintesi
3. Tenendo conto delle indicazioni fornite dai Docenti che svolgono le lezioni per gruppi di lavoro.

DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA

PIANO DI LAVORO DELLE CLASSI: *1e I.T.I.S. e L.S.T.*

ANNO SCOLASTICO 2009/10

PERIODO	ARGOMENTI	CONTENUTI	OBIETTIVI	MODALITA'	STRUMENTI	VERIFICHE	ORE
Settembre Ottobre Novembre Dicembre	<ul style="list-style-type: none"> - Pratica Psico-motoria. - Sviluppo corporeo. - Didattica ingresso e accoglienza. 	Es.: - Resistenza, Coordinazione, Equilibrio dinamico. - Creatività e Capacità condizionali. - Capacità coordinative.	1 - 2 - 3 -(I)	1 - 2	1 - 2	1 - 2	da 18 a 22
Gennaio Febbraio Marzo Aprile	<ul style="list-style-type: none"> - Sviluppo corporeo. - Attività motorie e sport trasferibili tempo libero. 	Conoscenze propedeutiche: - Attività individuali e collettive; sport di gruppo. - Es. in circuito per forza e agilità.	1 - 2 - 3 - 4 - 5	1 - 2	1 - 2	1 - 2	da 22 a 26
Maggio Giugno	Pratica motoria in funzione di attività ludiche guidate.	- Es. complesse in sport di squadra, in attività individuali di atletica, in attività simili all'allenamento sportivo.	4 - 5 - 6	1 - 2	1 - 2	1 - 2	da 12 a 16
Tutto l'anno.	Conoscenze teoretiche attività svolte.	<ul style="list-style-type: none"> - Teoria. Forza. Resistenza etc... - Basi fisiologiche. Allenamento e attività fisiche. Educazione stradale./ CONVIVENZA CIVILE) 					Tutte 10 ore Ed. Stradale

GRIGLIA DI DEFINIZIONE DEI REQUISITI MINIMI PER L'ATTRIBUZIONE DELLA SUFFICIENZA

MATERIA:EDUCAZIONE FISICA	CLASSE: PRIME	INDIRIZZO:ITIS/LICEO
----------------------------------	----------------------	-----------------------------

<i>CONTENUTI</i>	<i>CONOSCENZE MINIME PER L'ACCESSO ALLA CLASSE SUCCESSIVA</i>	<i>COMPETENZE MINIME PER L'ACCESSO ALLA CLASSE SUCCESSIVA</i>
– <i>ATTIVITA' MOTORIA DI BASE</i>	– MOVIMENTI ELEMENTARI CONOSCENZA E USO	– UTILIZZO MOVIMENTI DI BASE
– <i>CONOSCENZE GIOCHI SPORTIVI E ATTIVITA' LUDICHE</i>	– REGOLE E COMPORTAMENTI DELLE ATTIVITA'	– CAPACITA' DI SVOLGERE UN RUOLO IN UNA ATTIVITA' A SQUADRE
– <i>CONOSCENZA TERMINOLOGIA SPECIFICA</i>	– RICONOSCERE E UTILIZZARE ATTREZZI E LOGISTICA	– SAPER GESTIRE MINIMAMENTE L'ATTIVITA'

Griglia criteri di valutazione

LIVELLO	
Insufficienza grave Voto < 5	<ul style="list-style-type: none"> _ Non raggiunge gli obiettivi minimi di apprendimento come declinati nelle Griglie di definizione dei requisiti per l'attribuzione della sufficienza
Insufficienza Voto = 5	<ul style="list-style-type: none"> _ Raggiunge parzialmente gli obiettivi minimi di apprendimento come declinati nella Griglie di definizione dei requisiti per l'attribuzione della sufficienza
Sufficienza Voto = 6	<ul style="list-style-type: none"> _ Possiede conoscenze limitate dei concetti fondamentali _ Utilizza movimenti specifici di base _ Usa correttamente il linguaggio specifico _ Applica le conoscenze in contesti noti e su problemi elementari
Adeguatezza Voto = 7-8	<ul style="list-style-type: none"> _ Possiede capacità solide e complete _ Utilizza una corporeità specifica e appropriata _ Si coordina in modo fluido _ Compie, se guidato, attività motorie complesse _ Applica le conoscenze in contesti nuovi, se guidato, anche in attività complesse _ Individua, se guidato, relazioni tra ambiti diversi
Eccellenza Voto = 9-10	<ul style="list-style-type: none"> _ Rielabora in modo autonomo e personale le conoscenza acquisite _ Padroneggia pienamente l'attività svolta _ Si esprime in modo fluido, utilizzando un corretto e specifico linguaggio _ Elabora riflessioni critiche personali _ Compie autonomamente operazioni di analisi e di sintesi (problem solving) _ Applica le conoscenze in contesti nuovi e su attività complesse _ individua autonomamente relazioni tra ambiti diversi

PROGRAMMAZIONE DIDATTICA

Disciplina: **EDUCAZIONE FISICA**

Classi: *2^e I.T.I.S. e L.S.T.*

Anno Scolastico 2009/2010

Finalità:

Scoperta e orientamento delle attitudini personali per un armonico sviluppo corporeo e motorio in grado di fornire un quadro di maturazione della coscienza relativa alle proprie capacità. Acquisizione di una cultura indirizzata alla pratica sportiva come costume di vita e ad una equilibrata coscienza sociale.

Obiettivi:

1. Vincere le resistenze sia a carico naturale, sia con pesi.
2. Perfezionamento delle capacità coordinative.
3. Superamento di carichi e difficoltà progressive.
4. Aumento delle capacità condizionali in riferimento ai tempi di lavoro.
5. Conoscenza e pratica di discipline quali atletica leggera e ginnastica pre-acrobatica e due sport di squadra.
6. Teoria di pronto intervento.
- .

Contenuti:

1. Attività carico naturale.
2. Esercitazioni in opposizione e resistenza.
3. Utilizzo didattico e propedeutico di attrezzi.
4. Attività sportive individuali prevalentemente orientate all'atletica leggera, la ginnastica a CORPO LIBERO
5. Attività sportive di squadra: quelle compatibili con le condizioni ambientali e strutturali disponibili.
6. Conoscenze essenziali per la prevenzione agli infortuni sportivi.

Modalità di lavoro:

Sono previsti lavori a gruppi di alunni di diverse classi su programmi attuabili nelle tre differenti palestre. Al piano terra, provvisto di spazi per lezioni teoriche si parlerà delle tematiche relative ai vari sport di squadra, della teoria dell'allenamento con agganci all'anatomia e alla biologia.,anche per mezzo di cassette video utilizzo attrezzature da ping pong. Ai piani superiori si svolgerà la pratica dei lavori a corpo libero e alle discipline ludiche secondo i programmi ministeriali.

Strumenti di lavoro:

1. Utilizzo delle offerte in ambiente naturale disponibili.
2. Grandi e piccoli attrezzi disponibili nelle strutture.
3. Utilizzo spazio multimediale in aula audiovisivi.
4. Utilizzo sala muscolazione per lavori individuali.
5. lavoro sul ritmo a discrezione dei docenti

Tipologie di verifica:

1. Continue, attraverso l'osservazione.
2. Periodiche, attraverso prove di sintesi
3. Tenendo conto delle indicazioni fornite dai Docenti che svolgono le lezioni per gruppi di lavoro.

DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA

PIANO DI LAVORO DELLE CLASSI: **2° I.T.I.S. e L.S.T.**

ANNO SCOLASTICO 2009/10

PERIODO	ARGOMENTI	CONTENUTI	OBIETTIVI	MODALITÀ	STRUMENTI	VERIFICHE	ORE
Settembre Ottobre Novembre Dicembre	<ul style="list-style-type: none"> • Orientamento attitudinale. • Affinamento qualità condizionali. 	<ul style="list-style-type: none"> • Attività: - Carico naturale e con piccoli sovraccarichi. - Opposizione e resistenza. - Attività individuali in circuito 	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - (I)	1 - 2	1 - 2	1 - 2	da 20 a 22
Gennaio Febbraio Marzo Aprile	<ul style="list-style-type: none"> • Acquisizione cultura sportiva. • Capacità individuali. 	<ul style="list-style-type: none"> • Attività: - Preacrobatica e grandi attrezzi. - Di squadra e tecnica individuale. 	1 - 3 - 4 - 5	1 - 2	1 - 2	1 - 2	da 22 a 26
Maggio Giugno	<ul style="list-style-type: none"> • Consolidamento qualità psico-fisiche. 	<ul style="list-style-type: none"> • Attività motorie riassuntive in circuito e con partite. 	5 - 6	1 - 2	1 - 2	1 - 2	da 10 a 16
Tutto l'anno.	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscenza teoretica attività svolte. 	<ul style="list-style-type: none"> • Teoria a supporto di tutte le attività motorie svolte. • Teoria pronto soccorso col supporto della tesina • Educazione stradale. 					10 ore ed. Stradale.

GRIGLIA DI DEFINIZIONE DEI REQUISITI MINIMI PER L'ATTRIBUZIONE DELLA SUFFICIENZA

MATERIA:EDUCAZIONE FISICA	CLASSE:SECONDE	INDIRIZZO:ITIS/LICEO
<i>CONTENUTI</i>	<i>CONOSCENZE MINIME PER L'ACCESSO ALLA CLASSE SUCCESSIVA</i>	<i>COMPETENZE MINIME PER L'ACCESSO ALLA CLASSE SUCCESSIVA</i>
7. ATTIVITA' MOTORIA DI BASE	8. MOVIMENTI ELEMENTARI CONOSCENZA E USO	9. UTILIZZO MOVIMENTI DI BASE E COMPLESSI
10. CONOSCENZE GIOCHI SPORTIVI E ATTIVITA' LUDICHE	11. REGOLE E COMPORTAMENTI DELLE ATTIVITA'	12. CAPACITA' DI SVOLGERE PIU' RUOLI IN UNA ATTIVITA' A SQUADRE
13. CONOSCENZA TERMINOLOGIA SPECIFICA	14. RICONOSCERE E UTILIZZARE ATTREZZI E LOGISTICA	15. SAPER GESTIRE L'ATTIVITA'
16. ATTIVITA DI PROBLEM-SOLVING	17. SAPER RELAZIONARE GUIDATI	18. APPLICAZIONE DATI SU CONTESTI SEMPLICI
19.	20.	21.

Griglia criteri di valutazione

LIVELLO	
Insufficienza grave Voto < 5	<ul style="list-style-type: none"> _ Non raggiunge gli obiettivi minimi di apprendimento come declinati nelle Griglie di definizione dei requisiti per l'attribuzione della sufficienza
Insufficienza Voto = 5	<ul style="list-style-type: none"> _ Raggiunge parzialmente gli obiettivi minimi di apprendimento come declinati nella Griglia di definizione dei requisiti per l'attribuzione della sufficienza
Sufficienza Voto = 6	<ul style="list-style-type: none"> _ Possiede conoscenze limitate dei concetti fondamentali _ Utilizza movimenti specifici di base _ Usa correttamente il linguaggio specifico _ Applica le conoscenze in contesti noti e su problemi elementari
Adeguatezza Voto = 7-8	<ul style="list-style-type: none"> _ Possiede capacità solide e complete _ Utilizza una corporeità specifica e appropriata _ Si coordina in modo fluido _ Compie, se guidato, attività motorie complesse _ Applica le conoscenze in contesti nuovi, se guidato, anche in attività complesse _ Individua, se guidato, relazioni tra ambiti diversi
Eccellenza Voto = 9-10	<ul style="list-style-type: none"> _ Rielabora in modo autonomo e personale le conoscenze acquisite _ Padroneggia pienamente l'attività svolta _ Si esprime in modo fluido, utilizzando un corretto e specifico linguaggio _ Elabora riflessioni critiche personali _ Compie autonomamente operazioni di analisi e di sintesi (problem solving) _ Applica le conoscenze in contesti nuovi e su attività complesse _ individua autonomamente relazioni tra ambiti diversi