LICEO SCIENTIFICO STATALE "R. DONATELLI" - TERNI
A.S. 2019-2020

PIANO DI LAVORO INDIVIDUALE

CLASSE	*SEZIONE*	*MATERIA*	*DOCENTE*
5°	**C**	**Scienze Motorie e Sportive**	**prof. Biagetti Barbara**

ANALISI DELLA SITUAZIONE INIZIALE DELLA CLASSE

La classe inizialmente composta da 22 alunni, attualmente risulta essere di 21 in quanto un alunno, sportivo ad altissimi livelli, ha cambiato scuola per meglio conciliare gli impegni sportivi e scolastici. Non sono stati effettuati test motori ma osservazioni che hanno evidenziato un ottimo livello soprattutto della componente maschile di provenienza, nella maggior parte dei casi, sportiva.
Si evidenzia un interesse e partecipazione differente tra maschi e femmine: i primi costanti e partecipativi nelle attività comuni, le seconde più inclini ad attività a coppie, tranne due o tre di esse che partecipano attivamente soprattutto ai giochi sportivi.
Le attività diversificate mirano sia a recuperare eventuali carenze ma soprattutto a creare interesse comune per migliorare la coesione del gruppo.

OBIETTIVI TRASVERSALI COMUNI FISSATI DAL CONSIGLIO DI CLASSE

PREMESSA: **il D.M. del 22 agosto 2007 n° 139**, che, tenendo conto delle indicazione degli Assi Culturali di riferimento**, stabilisce i saperi e le competenze, articolati in conoscenze e abilità, che devono essere conseguiti dagli studenti, al termine del percorso formativo, nel rispetto dell'identità dell'offerta formativa e degli obiettivi che caratterizzano i curricoli dei diversi ordini, tipi e indirizzi di studio.**
Nel D.M. 139 del 22 agosto 2007, che fa riferimento alla raccomandazione del Parlamento europeo e del Consiglio (n. 962/2006) del 18 dicembre 2006, si definiscono nel seguente modo le conoscenze, le abilità e le competenze che lo studente deve conseguire:
Conoscenze: *indicano il risultato dell'assimilazione di informazioni attraverso l'apprendimento. Le conoscenze sono l'insieme di fatti, principi, teorie e pratiche, relativi ad un settore di studio o di lavoro e sono descritte come teoriche e/o pratiche;*
Abilità: *indicano le capacità di applicare conoscenze e di usare know-how per portare a termine compiti e risolvere problemi; le abilità sono descritte come cognitive (uso del pensiero logico, intuitivo e creativo) e pratiche (che implicano l'abilità manuale e l'uso di metodi, materiali, strumenti);*
Competenze: *indicano la comprovata capacità di usare conoscenze, abilità e capacità personali, sociali e/o metodologiche in situazioni di lavoro o di studio e nello sviluppo professionale e/o personale; sono descritte in termini di responsabilità e di autonomia.*
Nel medesimo Decreto sono stati individuati **quattro Assi culturali** e **otto competenze chiave di cittadinanza**, attorno ai quali promuovere la crescita personale dei ragazzi e organizzare l'attività didattica.
Il D.M. del 22 agosto 2007 n° 139, individua 4 assi culturali: **1) Dei linguaggi; 2) Matematico; 3) Scientifico tecnologico; 4) Storico-sociale;** i quali costituiscono il tessuto per la costruzione dei percorsi di apprendimento, orientati all'acquisizione, da parte dei giovani delle 8 competenze chiave e di cittadinanza: **1) Imparare ad imparare; 2) Progettare; 3) Risolvere problemi; 4) Comunicare o comprendere, Comunicare o rappresentare; 5) Collaborare e partecipare; 6) Agire in modo autonomo e responsabile; 7) Acquisire ed interpretare l'informazione. 8) Individuare collegamenti e relazioni;**
OBIETTIVI: il Consiglio di Classe, in base all'analisi della situazione di partenza, effettuata collegialmente, ha fatto propri gli obiettivi cognitivi comuni a tutti i Licei e gli obiettivi propri dello specifico indirizzo, perseguibili in tutte le discipline, nell'ambito dei diversi **Assi culturali**, di pari passo con lo sviluppo ed il consolidamento delle **otto competenze-chiave di cittadinanza**.

ASSI CULTURALI DI RIFERIMENTO PER LA DISCIPLINA

1) ASSE DEI LINGUAGGI:	"Acquisire un equilibrio psicofisico attraverso la comprensione e l'affinamento del linguaggio corporeo come contributo alla comprensione di sé e degli altri, mediante le attività inerenti le Scienze Motorie"
2) ASSE STORICO SOCIALE	"Collocare l'esperienza personale in un sistema di regole fondato sul reciproco riconoscimento dei diritti garantiti dalla Costituzione a tutela della persona, della collettività e dell'ambiente"

FINALITÀ E OBIETTIVI SPECIFICI PERSEGUIBILI DALLA DISCIPLINA

COMPETENZE DI CITTADINANZA	AMBITI	COMPETENZE TRIENNIO
1) IMPARARE AD IMPARARE	**Asse dei linguaggi** Abilità motorie, sportive ed espressive. **Asse storico-Sociale** Socialità e convivenza civile.	- Organizzare il proprio tempo di lavoro e il tempo libero per consolidare conoscenze e abilità motorie ed elaborare nuove competenze. - Essere protagonisti del proprio percorso personale di apprendimento.
2) PROGETTARE **3) RISOLVERE PROBLEMI**	**Asse dei linguaggi** Abilità motorie, sportive ed espressive. Percezione di sé.	- Ideare e realizzare programmi di lavoro relativi alle attività motorie praticate. - Saper elaborare strategie motorie in situazioni non conosciute. - Utilizzare le diverse percezioni (tattile, uditiva, visiva e cinestesica) in relazione al compito richiesto e alla situazione. - Selezionare la risposta motoria attraverso il concetto acquisito di "anticipazione del gesto".
4) COMUNICARE O COMPRENDERE, **4) COMUNICARE O RAPPRESENTARE** **5) COLLABORARE E PARTECIPARE,** **6) AGIRE IN MODO AUTONOMO E RESPONSABILE**	**Asse dei linguaggi** Abilità motorie, sportive ed espressive. Percezione di sé **Asse storico-Sociale** Socialità e convivenza civile. .	- Essere in grado di autovalutarsi. - Trasmettere agli altri le proprie intenzioni, emozioni e indicazioni tattiche e tecniche. - Saper comunicare e rispettare regole comportamentali. - Relazionarsi con gli altri all'interno di un gruppo dimostrandosi disponibili ad ascoltare e collaborare in funzione di uno scopo comune. - Vivere in modo equilibrato e corretto i momenti di competizione. - Esprimersi con interventi appropriati e costruttivi. - Ricercare l'autonomia personale attraverso una applicazione costante e partecipativa per valorizzare le proprie attitudini. - Saper trasferire le conoscenze motorie acquisite nelle situazioni dinamiche di vita quotidiana.
7) ACQUISIRE E INTERPRETARE L'INFORMAZIONE	**Asse dei linguaggi** Abilità motorie, sportive ed espressive. Percezione di sé. **Asse storico-Sociale** Socialità e convivenza civile.	- Saper decodificare e rielaborare rapidamente le informazioni e i gesti specifici. - Individuare i legami tra teoria e pratica. - Interpretare la prestazione motoria alla luce delle diverse scienze che si occupano del movimento.

8) INDIVIDUARE COLLEGAMENTI E RELAZIONI	**Asse dei linguaggi** Abilità motorie, sportive ed espressive. Percezione di sé.	- Utilizzare consapevolmente il linguaggio corporeo. - Elaborare autonomamente e in gruppo tecniche e strategie dei giochi sportivi in relazione agli spazi e nel rispetto dei tempi disponibili. - Elaborare risposte motorie efficaci in situazioni complesse. - Saper pianificare un lavoro (programmi di allenamento, schede tecniche, etc.) in relazione ad obiettivi specifici.

COMPETENZE DISCIPLINARI DA PERSEGUIRE IN FUNZIONE DELLE QUALI SARANNO SVILUPPATI GLI OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

Percezione di se e completamento dello sviluppo funzionale delle capacita motorie ed espressive	
Conoscenze	*Abilità*
C1: L'educazione motoria, fisica e sportiva nelle diverse età e condizioni. C2: Conoscere la correlazione dell'attività motoria e sportiva con gli altri saperi.	A1: Organizzazione e applicazione di percorsi personali di attività motoria e sportiva e autovalutazione del lavoro. A2: Analisi ed elaborazione dei risultati testati. A3: Realizzare progetti motori e sportivi che prevedano una complessa coordinazione globale e segmentaria individuale e in gruppi con e senza attrezzi.
STANDARD MINIMO	
CONOSCERE TEMPI E RITMI NELL'ATTIVITÀ MOTORIA E/O SPORTIVA RICONOSCENDO I PROPRI E ALTRUI LIMITI E POTENZIALITÀ.	

Lo sport, le regole ed il fair play	
Conoscenze	*Abilità*
C1: Conoscere l'aspetto educativo e sociale dello sport.	A1: Osservare e interpretare i fenomeni di massa legati al mondo dell'attività motoria e sportiva proposti dalla società.
STANDARD MINIMO	
CONOSCERE E PRATICARE IN MODO CORRETTO ED ESSENZIALE I PRINCIPALI GIOCHI SPORTIVI E SPORT INDIVIDUALI E CONOSCERNE IL VALORE EDUCATIVO E SOCIALE	

Salute e benessere, sicurezza e prevenzione	
Conoscenze	*Abilità*
C1: Conoscere le norme di prevenzione e gli elementi di primo soccorso. C2: Conoscere gli effetti sulla persona umana dei percorsi di preparazione fisica graduati opportunamente e dei procedimenti farmacologici tesi solo al risultato.	A1: Applicare le norme di prevenzione per la sicurezza e gli elementi fondamentali di primo soccorso. A2: Assumere stili di vita e comportamenti attivi nei confronti della salute dinamica, conferendo il giusto valore all'attività fisica e sportiva.
STANDARD MINIMO	
CONOSCERE LE NORME DI COMPORTAMENTO PER LA PREVENZIONE DI INFORTUNI, DEL PRIMO SOCCORSO E I PRINCIPI PER L'ADOZIONE DI CORRETTI STILI DI VITA.	

CONTENUTI

Le seguenti attività verranno utilizzate tenendo conto che ciascuna di esse, a seconda della metodologia adottata, può essere utile al conseguimento di obiettivi diversi.

- Attività ed esercizi a carico naturale.
- Attività ed esercizi di opposizione e resistenza.
- Attività ed esercizi con piccoli attrezzi e ai grandi attrezzi codificati e non codificati.
- Attività ed esercizi di rilassamento, per il controllo segmentario ed intersegmentario, per il controllo della respirazione.
- Attività ed esercizi eseguiti in varietà di ampiezza, di ritmo, in situazioni spaziotemporali variate.

- Attività ed esercizi di equilibrio in situazioni dinamiche complesse ed in volo.
- Attività sportive individuali: badminton.
- Attività sportive e pre-sportive di squadra: pallavolo, pallacanestro.
- Giochi di movimento polivalenti e giochi sportivi semplificati.
- Organizzazione di attività di arbitraggio degli sport individuali e di squadra.
- Informazioni sulla teoria del movimento relative alle attività praticate.
- Conoscenze essenziali per quanto riguarda le norme di comportamento ai fini del rispetto.
- Conoscenze essenziali di anatomia, fisiologia e primo soccorso.
- Conoscenze essenziali per una corretta alimentazione e un corretto stile di vita.

ATTIVITÀ DI RECUPERO E POTENZIAMENTO

- Lavori in gruppi eterogenei/omogenei
- Lavoro con uno/pochi allievi
- Percorso personalizzato

DIDATTICA DISCIPLINARE (INDICAZIONI PERSONALI SU METODOLOGIE E STRUMENTI)

- Nello svolgimento delle lezioni si cercherà di coinvolgere attivamente tutta la classe, riducendo al minimo i tempi di attesa, laddove questi siano necessari si impegneranno gli allievi in attività collaterali tipo: valutazioni, arbitraggi, rilevazione dati, assistenza.
- L'insegnante a seconda delle situazioni deciderà se guidare ogni attività riducendo gli spazi operativi liberi degli allievi oppure se operare riservandosi il compito di intervenire per stimolare correzioni, analisi di problemi per ottenere risposte motorie adeguate in modo che ogni esperienza diventi uno stimolo per l'attività autonoma.
- Si cercherà di instaurare, durante le lezioni, un clima tale da stimolare l'interesse, il coinvolgimento emotivo, la reciproca collaborazione; lo spirito competitivo dovrà essere mantenuto nei limiti di un corretto e leale confronto, teso all'affermazione delle proprie capacità più che al superamento di quelle dei compagni.
- Si susciterà qualsiasi tipo di collegamento interdisciplinare individuando i concetti comuni e specifici di altre discipline. Risultano, in questo contesto, pertinenti argomenti quali: la salute ed il benessere; la sicurezza nell'ambiente scolastico e la prevenzione degli infortuni; l'educazione alimentare e il doping; non solo quelli legati alla specificità della materia.
- L'attività pratica sarà supportata contestualmente da informazioni di carattere tecnico-sportivo e da nozioni scientifico–fisiologiche.

VALUTAZIONE DEGLI APPRENDIMENTI

CRITERI DI VALUTAZIONE
Il conseguimento degli obiettivi didattici, individuati all'interno di quelli indicati dai programmi e in relazione ai bisogni degli studenti rilevati con la valutazione iniziale, verrà verificato con correttezza metodologica, cioè nel rispetto dei principi di validità, affidabilità ed obiettività.
All'interno di ogni singolo obiettivo sarà valutato il significativo miglioramento conseguito da ogni studente.
Al termine "significativo" si attribuisce un duplice valore: esatto, se è possibile la definizione del livello raggiungibile all'interno di un obiettivo; soltanto indicativo, se tale definizione non è quantificabile.
Va sottolineato, infatti, che la prestazione motoria umana appartiene alla categoria delle "produzioni complesse", categoria per la quale è difficile definire costantemente criteri oggettivi.
Si farà ricorso pertanto, oltre che alla pratica delle attività sportive, individuali e di squadra, a prove di valutazione ormai note, e/o a prove multiple per la valutazione di qualità e funzioni diverse.
In particolare verranno valutate:
- le capacità e abilità motorie;
- le conoscenze, con domande e approfondimenti richiesti durante le lezioni teorico-pratiche (anche in forma scritta in particolare per gli alunni esonerati dalla parte pratica);
- la partecipazione, l'impegno e l'attenzione durante le unità didattiche, attraverso l'osservazione sistematica.

Gli allievi esonerati dalle attività pratiche saranno valutati sia, su compiti organizzativi di supporto all'insegnante e di arbitraggio che, su argomenti teorici.

VOTO ASSEGNATO
Il voto assegnato sarà frutto delle verifiche disciplinari teoriche e/o pratiche e terrà conto degli arrotondamenti,

sia in eccesso che per difetto, della partecipazione; partecipazione intesa come l'insieme delle competenze relazionali, dell'impegno e del rispetto delle regole valutata sulla base dell'osservazione sistematica degli studenti in situazione.

GRIGLIE DI VALUTAZIONE
La valutazione finale verrà effettuata tenendo conto della seguente griglia di valutazione:

Voto in decimi	***Giudizio***	***Competenze Relazionali***	***Partecipazione***	***Rispetto delle Regole***	***Metodo***	***Conoscenza***	***Possesso Competenza***
10	Ottimo	Propositivo Leader	Costruttiva (sempre)	Condivisione Autocontrollo	Rielaborativo Critico	Approfondita Disinvolta	Livello 3 Eccelle Esperto
9	Distinto	Collaborativo	Efficace (quasi sempre)	Applicazione sicura costante	Organizzato Sistematico	Certa e sicura	Livello 3 Supera Abile
8	Buono	Disponibile	Attiva e pertinente (spesso)	Conoscenza applicazione	Organizzato	Soddisfacente	Livello 2 Supera Competente
7	Più che Sufficiente	Selettivo	Attiva (sovente)	Accettazione regole principali	Mnemonico Meccanico	Globale	Livello 2 Possiede Principiante avanzato
6	Sufficiente	Dipendente Poco adattabile	Dispersiva Settoriale (talvolta)	Guidato Essenziale	Superficiale Qualche difficoltà	Essenziale Parziale	Livello 1 Si avvicina Principiante
5	Non Sufficiente	Conflittuale Apatico Passivo	Oppositiva Passiva (quasi mai/mai)	Rifiuto Insofferenza	Non ha metodo	Non conosce	Livello 0 Non possiede

Verranno inoltre utilizzate, griglie specifiche per valutare le abilità pratiche.

PARTECIPAZIONE AD ATTIVITÀ PLURIDISCIPLINARI E/O INTERDISCIPLINARI

Non sono previste attività in merito

VIAGGI E VISITE GUIDATE

Sono previste delle uscite in orario curriculare per attività in ambiente naturale con la pratica del trekking urbano.

Terni, lì 02 / 12 / 2019

F I R M A

Barbara Biagetti
Firma autografa sostituita a mezzo stampa
ai sensi dell'art.3, comma 2 del D.lgs. n. 39/1993