

PIANO DI LAVORO / PROGRAMMAZIONE DIDATTICA INDIVIDUALE

ANNO SCOLASTICO 2023/2024

INDIRIZZO SCOLASTICO

 ALBERGHIERO MANUTENZIONE INDUSTRIA E ARTIGIANATO

MATERIA

Scienze Motorie

CLASSE

4SEZIONE **A**

DOCENTE

Venezia Giuseppe

LIVELLI DI PARTENZA DELLA CLASSE

In base ai test motori d'ingresso ho riscontrato un livello DISCRETO

CONTENUTI PRIMO PERIODO

- Esercizi di potenziamento delle grandi funzioni organiche
- Esercizi di potenziamento muscolare generale e localizzato
- Atletica
- Esercizi coordinazione e destrezza
- Conoscenza dei fondamentali di uno sport di squadra e applicazione in fase di gioco

CONTENUTI SECONDO PERIODO

- Esercizi di potenziamento muscolare e generalizzato
- Esercizi di rapidità e velocità
- Conoscenza dei fondamentali di un secondo sport di squadra e applicazioni in fase di gioco
- Atletica leggera
- Esercizi tecnici dell'atletica e prove di specialità

Durante l'intero anno vengono inseriti con richiami periodici, esercizi di miglioramento e mantenimento della mobilità articolare, tonificazione generale e controllo posturale.

Di ogni attività sono trattati i fondamentali tecnici attraverso spiegazioni orali e l'ausilio del libro di testo, per sostenere e approfondire la parte pratica. Periodicamente verranno svolti argomenti riguardanti le principali norme igieniche, la prevenzione degli infortuni, la traumatologia sportiva e il primo soccorso. Per l'Educazione Civica verrà trattato il Plogging nuovo sport che si adatta al tema scelto per l'UDA – Energia rinnovabile ed ecologia – saranno toccati altri temi particolarmente importanti quali, il rispetto delle regole, il fair play, le dipendenze (fumo, droga, alcool, scommesse).

OBIETTIVI MINIMI FINALIZZATI ALL'AMMISSIONE ALLA CLASSE SUCCESSIVA / ESAME DI STATO

- Conoscere ed essere consapevole del percorso effettuato per conseguire il miglioramento delle attività di resistenza, forza, velocità e articolarietà.
- Conoscere e coordinare azioni efficaci in situazioni complesse.
- Conoscere l'utilizzo delle qualità fisiche e neuromuscolari in relazioni alle diverse esperienze e contenuti tecnici.
- Conoscere e praticare almeno due giochi di squadra congeniali alle proprie attitudini e propensioni
- Conoscere le caratteristiche tecnico tattiche e metodologiche degli sport praticati.

CRITERI DI VALUTAZIONE

(INDICATORI E DESCRITTORI ADOTTATI NELLA FORMULAZIONE DEI GIUDIZI)

- Y RISULTATI DELL'APPRENDIMENTO OTTENUTI NELLE PROVE
- Y IMPEGNO
- Y PARTECIPAZIONE AL DIALOGO EDUCATIVO
- Y PROGRESSO NELL'APPRENDIMENTO RISPETTO AL LIVELLO INIZIALE
- Y ATTITUDINI INDIVIDUALI

STRUMENTI DELLE MISURAZIONI

- Y SONDAGGI DAL POSTO
- Y ESERCITAZIONI IN CLASSE
- Y PROVE PRATICHE
- Y SCHEDE DI RILEVAZIONI
- Y QUESTIONARI
- Y TEST
- Y RELAZIONI

STRUMENTI E/O RISORSE MATERIALI

Attrezzi sportivi; Libro di testo; Fotocopie; strumenti multimediali.
LIBRO DI TESTO ADOTTATO : Match Point

IL DOCENTE**Prof. VENEZIA GIUSEPPE**