

PIANO ANNUALE di PROGRAMMAZIONE PREVENTIVA

ANNO SCOLASTICO 2014/2015

PROF.	DOCENTE DI	NELLA CLASSE	INDIRIZZO	ORE SETTIM.
CARLA PERSELLI	Educazione Fisica	4 L	L.S.A.	2

FINALITA', OBIETTIVI FORMATIVI E DI APPRENDIMENTO

<ol style="list-style-type: none">1. Potenziamento qualità motorie di base (forza, velocità, resistenza, mobilità e coordinazione)2. Miglioramento della tecnica sportiva specifica3. Conoscenza dei principali giochi di squadra e relativa tecnica e tattica4. Acquisizione di una terminologia specifica5. Conoscenza di elementi base di anatomia, di fisiologia, di pronto soccorso e di alimentazione6. Conoscenza del proprio corpo e della propria salute	<ol style="list-style-type: none">1. Miglioramento della socializzazione e cooperazione2. Rispetto delle regole e delle strutture3. Rispetto degli insegnanti, dei compagni e del personale non docente4. Acquisizione di un corretto atteggiamento sportivo5. Coscienza delle proprie capacità e limiti6. Capacità di trasferire nella realtà quotidiana le capacità motorie apprese in vari ambiti7. Miglioramento della propria salute intesa come benessere psicofisico
--	---

SCHEDA RIASSUNTIVA DI PROGRAMMAZIONE PREVENTIVA

PROF.ssa		DOCENTE DI	NELLA CLASSE	INDIRIZZO		ORE SETTIM.
CARLA PERSELLI		EDUCAZIONE FISICA	4 L	LSA		2
BLOCCHI TEMATICI O UNITA' DI DATTICHE	CONTENUTI	OBIETTIVI SPECIFICI RELATIVI	SCELTE METODOLOGICHE	TEMPI	COLLEGA- MENTI INTERDI SCIPLINARI	TIPOLOGIA DI VERIFICA
1. Preparazione atletica generale e condizionamento psico-fisico	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Corsa: in palestra e all'aperto utilizzando le strutture sportive "Talvera", le passeggiate "Talvera" e di S.Osvaldo <input type="checkbox"/> Orienteering <input type="checkbox"/> Stretching, andature preatletiche <input type="checkbox"/> Potenziamento: in palestra pesi e con piccoli attrezzi <input type="checkbox"/> "Circuit training" per la coordinazione, destrezza, equilibrio, velocità, resistenza. 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Potenziamento qualità motorie di base (forza, velocità, resistenza, mobilità, coordinazione) 	<p>Lezione frontale con metodo globale e analitico. Correzioni individualizzate e generali.</p> <p>Lezione con gruppi di lavoro per interesse e/o argomento, a rotazione.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 15/ 50 min. per lezione <input type="checkbox"/> 8 lez.di lavoro di resistenza 		<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 60% della valutazione: Test d'ingresso-Osservazioni dirette-Prove multiple-cronometrate o misurate <input type="checkbox"/> 30% della valutazione: partecipazione, impegno, collaborazione nella lezione
2. Sport individuali	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Atletica leggera <input type="checkbox"/> Attrezzistica e acrobatica <input type="checkbox"/> Nuoto 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Conoscenza e miglioramento dei gesti tecnici specifici 		<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 20/70min. in 12 lez. circa. <input type="checkbox"/> 4 lez. di nuoto 		<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 10% della valutazione: assiduità della frequenza e motivazione alle giustificazioni.
3. Giochi di squadra	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Basket, volley, calcio, floorball, pallamano, badminton, tennis-tavolo <input type="checkbox"/> Giochi con regole semplificate 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Conoscenza fond. indiv. e di squadra <input type="checkbox"/> Orientamento spazio-temporale 		<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 20/70 min. in 16 lezioni circa 		

BLOCCHI TEMATICI O UNITA' DI DATTICHE	CONTENUTI	OBIETTIVI SPECIFICI RELATIVI	TEMPI	COLLEGAMENTI INTERDISCIPLI NARI	TIPOLOGIA DI VERIFICA
<p>4. Teoria dell'educazione fisica</p> <p>5. Attività sportive in ambiente naturale</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Cenni di anatomia e fisiologia (battito cardiaco a riposo e sotto sforzo, apparato scheletrico e muscolare) ❑ Cicloturismo: circuiti su breve o lunga distanza, sulle ciclabili provinciali ❑ pattinaggio su ghiaccio presso il campo del VKE ❑ avviamento al Triathlon ❑ gita-escursione a piedi da scuola a Soprabolzano, lungo il sentiero s.Osvaldo 	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Conoscenze di base di anatomia e fisiologia <p>Favorire, attraverso lo sport, il contatto con la natura circostante, conoscendo e apprezzando il territorio in cui viviamo.</p> <p>.Controllare le proprie emozioni, superando i limiti psicofisici individuali.</p> <p>Migliorare la forza di volontà e l'autostima.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❑ 5/10 min. per lez. ❑ 6 unità didattiche circa 		

This document was created with Win2PDF available at <http://www.win2pdf.com>.
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.
This page will not be added after purchasing Win2PDF.