

## "II SS G GALILEI PER LE SCIENZE LE TECNOLOGIE E I SERVIZI"

### PIANO DI LAVORO ANNUALE

MATERIA: EDUCAZIONE FISICA

CLASSE: 1<sup>^</sup>NR

INSEGNANTE: PROF.SSA MIRKA DALCEGGIO

ANNO SCOLASTICO: 2015/2016

**PRESENTAZIONE DELLA CLASSE:** la classe è composta da 30 alunni i quali presentano livelli di capacità e interesse omogenei tra loro. Dal punto di vista del comportamento non presentano particolari difficoltà, ma non sanno gestire il materiale personale e scolastico, non riescono a mantenere l'attenzione e creano continuamente confusione, molti non svolgono le attività proposte. Una parte della classe deve essere sollecitata a svolgere i compiti loro assegnati senza distrarsi. Dopo un breve periodo di lezioni svolte in palestra e in ambiente naturale sul potenziamento fisiologico, in particolare attività aerobica, inizieremo l'attività che riguarda i giochi di squadra. Dal punto di vista delle abilità motorie, la classe si presenta con un livello di capacità non sempre adeguate all'età. Le attività svolte hanno evidenziato sufficienti capacità e si configurano ad un livello basso a parte alcuni casi isolati che sono anche molto al di sotto degli obiettivi minimi. La classe non gode di un buon equilibrio dal punto di vista relazionale, hanno difficoltà a rispettare le regole, i tempi, gli spazi e in molte attività non sanno organizzarsi con logica e con ordine. Nonostante ciò si riscontra interesse per la materia attraverso la quale mi auguro di portare la classe a raggiungere dei buoni risultati ed una preparazione adeguata per affrontare il programma di seconda.

**OBIETTIVI DISCIPLINARI DA REALIZZARE IN TERMINI DI CONOSCENZE, COMPETENZE, CAPACITÀ MODULI:** potenziamento organico- fisiologico; ristrutturazione degli schemi motori di base, inteso anche, come sviluppo neuromuscolare; consolidamento del carattere, sviluppo del senso civico, e della socialità, pratica di alcune attività sportive di squadra quali: palla avvelenata, touch -down, gioco dei dieci passaggi con varianti atte a migliorare alcuni dei più importanti giochi di squadra, resistenza, badminton (settembre-ottobre), esercizi di tenuta per introdurre il lavoro delle piramidi umane e grandi attrezzi, calcetto, floorball (novembre), fondamentali individuali e gioco del basket, tennis-tavolo pattinaggio su ghiaccio, (dicembre -gennaio), fondamentali individuali della pallavolo, arrampicata sportiva (febbraio-marzo), elementi di base della ginnastica attrezistica, (marzo-aprile), pratica di alcune specialità dell'atletica leggera, piramidi a due e tre persone e attività ludica, percorsi (maggio-giugno);

**CONTENUTI DISCIPLINARI:** attività ed esercizi a carico naturale, attività ed esercizi di opposizione e resistenza, attività ed esercizi di tonificazione generale e per i principali distretti corporei, equilibrio statico e dinamico, coordinazione generale e segmentaria, rilassamento e respirazione, mobilità articolare, attività con piccoli e grandi attrezzi, esercizi di precisione e di coordinazione oculo-manuale e oculo-podalica. Tutte le attività sopra descritte sono mirate a promuovere la formazione integrale della personalità dell'alunno e saranno effettuate a seconda dell'età, in base ai modi di apprendere e conoscere.

**METODI:** in base alle differenze individuali, verrà adottato il metodo non direttivo per dare spazio all'iniziativa personale e alla creatività degli allievi. Solo in alcuni casi particolari verrà adottato l'intervento direttivo.

**STRUMENTI:** data la praticità della materia, verrà utilizzato prevalentemente il materiale messo a disposizione dalla struttura scolastica, le lezioni si svolgeranno in palestra, palestra di roccia, e in

ambiente naturale.

CRITERI DI VALUTAZIONE: ciò che verrà valutato non si ridurrà al conseguimento degli obiettivi didattici, ovvero degli obiettivi dell'educazione fisica: poiché ogni intervento educativo si rivolge alla persona intesa nella sua globalità, nei suoi aspetti cognitivi, affettivi, sociali e psicomotori, la valutazione evidenzierà i miglioramenti dell'allievo anche da questi punti di vista.

La valutazione avverrà attraverso l'osservazione sistematica degli alunni nel corso delle lezioni. Per effettuare una valutazione ancora più oggettiva, verranno utilizzati dei test che con la misurazione, permetteranno di constatare nel miglior modo possibile il livello di capacità e apprendimento. Naturalmente la valutazione finale, terrà in grande considerazione l'impegno, la presenza, la gestione del materiale personale e scolastico, l'interesse e la partecipazione attiva.

Bolzano, lì 25/09/2015

L'insegnante

Prof.ssa Mirka Dalceggio