

	 Istituto di Istruzione Superiore "Vincenzo Benini" MELEGNANO	SQ 003/Rev 2
	PIANO DI LAVORO INDIVIDUALE	Pagina 1 di 5

ANNO SCOLASTICO 2013-2014

PIANO DI LAVORO ANNUALE - CONTRATTO FORMATIVO

DOCENTE	MATERIA	CLASSE
CARRETTA M. CRISTINA	EDUCAZIONE FISICA	QUINTE

OBIETTIVI DISCIPLINARI (in conformità a quanto definito nei gruppi di materia)

COMPETENZE	CONOSCENZE	ABILITA'
Linguaggio specifico	Comprende il linguaggio specifico	Utilizza il linguaggio specifico
Schemi motori di base	Coordinazione e senso ritmico	Svolge esercizi di complessità e impegno crescente utilizzando correttamente gli schemi motori acquisiti
Schemi motori di base	Agilità	Esegue esercizi progressivamente più impegnativi. È in grado di svolgere movimenti nuovi utilizzando automatismi già acquisiti
Schemi motori di base	Capacità condizionali: potenziamento cardio-circolatorio	Tollera un carico di lavoro submassimale per un tempo prolungato vincere resistenze rappresentate dal carico naturale
Svolgere attività motorie motorie e sportive in assoluta sicurezza per mantenere il proprio stato di salute e migliorare la propria efficienza fisica	Principi fondamentali di prevenzione degli infortuni nel corso delle differenti attività motorie e sportive e di miglioramento del proprio livello di efficienza fisica generale	Mettere in pratica le elementari norme di tutela della salute in ambito sportivo e nella vita quotidiana
Giochi di squadra	Regolamenti e fondamentali individuali	Mette in pratica i fondamentali individuali opportuni, utilizzandoli nei momenti più opportuni del gioco.
Giochi di squadra	Apprendere il controllo della palla nei giochi sportivi praticati.	Controlla la palla nei fondamentali individuali
Responsabilità	Gestire responsabilmente la propria presenza in aula o in	Rispetta le consegne del docente, i propri compagni e

	 Istituto di Istruzione Superiore “Vincenzo Benini” MELEGNANO	SQ 003/Rev 2
	PIANO DI LAVORO INDIVIDUALE	Pagina 2 di 5

	palestra	mostra disponibilità verso il lavoro e le persone con cui entra in relazione
--	----------	--

CRITERI E GRIGLIE DI VALUTAZIONE DELLE VERIFICHE PRATICHE

INDICATORI (cosa si valuta)	PESO (punti assegnati)	LIVELLO (voti corrispondenti al Punteggio assegnato)
Correttezza dei gesti realizzati in relazione al modello precedentemente proposto. Le verifiche che comportano la realizzazione di una serie di 10 esercizi.	Ogni esercizio avrà valore=1	10 punti=10 9 punti=9 ecc. 6 punti = sufficiente
Verifiche di esercizi a tempo	Le griglie proposte dai testi saranno di volta in volta adattate al rendimento medio degli studenti (biennio e triennio)	Il voto sarà attribuito seguendo le tabelle di ciascun esercizio. Le tabelle saranno mostrate di volta in volta agli studenti

CRITERI E GRIGLIE DI VALUTAZIONE DELLE VERIFICHE SCRITTE

INDICATORI (cosa si valuta)	PESO (punti assegnati)	LIVELLO (voti corrispondenti al Punteggio assegnato)
La valutazione finale terrà conto del risultato delle singole prove, dell'impegno e della partecipazione durante il corso dell'anno scolastico.		
Osservazione durante lo svolgimento dei giochi di squadra		Sufficienza: segue e partecipa al gioco. Mette in pratica i fondamentali utilizzandoli nei momenti opportuni del gioco.

La valutazione dello studente terrà conto del raggiungimento degli OBIETTIVI EDUCATIVI, che comprendono il rispetto di tutte le regole da seguire nello svolgimento dell'attività in palestra (abbigliamento adeguato, impegno, partecipazione, giustificazioni, attenzione durante la spiegazione degli esercizi e capacità di attuare le richieste poste oralmente dell'insegnante, eventuali ritardi nel presentarsi in palestra, capelli legati, scarpe adatte e strettamente allacciate, gomme da masticare in bocca, uscite anticipate o ingressi in seconda ora, saltando l'ora di educazione fisica.....) che vengono ampiamente illustrate e ripetute dall'insegnante nel corso delle lezioni

	 Istituto di Istruzione Superiore "Vincenzo Benini" MELEGNANO	SQ 003/Rev 2
	PIANO DI LAVORO INDIVIDUALE	Pagina 3 di 5

DEFINIZIONE DEGLI OBIETTIVI MINIMI PER IL RAGGIUNGIMENTO DELLA SUFFICIENZA

Esecuzione globalmente accettabile degli schemi motori proposti
Pratica delle principali attività individuali e collettive che denoti una adeguata conoscenza dei regolamenti e delle modalità di gioco, unitamente ad una elementare realizzazione dei fondamentali individuali e collettivi più importanti
Realizzare le attività proposte applicando le più elementari norme sulla tutela della salute e sulla prevenzione degli infortuni

STRUMENTI DI OSSERVAZIONE, DI VERIFICA E DI VALUTAZIONE NUMERO DI VERIFICHE PREVISTE PER OGNI PERIODO
Sono previste almeno due verifiche per quadrimestre di carattere pratico e/o teorico
Osservazioni sistematiche sull'efficacia dei gesti realizzati, sulla comprensione del significato delle attività proposte, sul raggiungimento degli obiettivi indicati grazie ad apposite griglie predisposte per ogni disciplina presentata, test motori specifici

SVOLGIMENTO DEL PROGRAMMA (1)

1° QUADRIMESTRE	2° QUADRIMESTRE
Coordinazione dinamica generale	Fondamentali pallavolo: bagher, palleggio, schiacciata
Senso ritmico	Gioco: pallavolo in forma globale
Potenziamento fisiologico	Esercizio di ginnastica ritmica
Fondamentali pallavolo: battuta (basso e alto) bagner e palleggio	Sport di squadra: baseball, pallacanestro
Teoria: apparato scheletrico e muscolare; sistema cardiocircolatorio e respiratorio	Sistemi di produzione di energia; qualità motorie di base

STRUMENTI UTILIZZATI PER LA DIDATTICA
Piccoli e grandi attrezzi

STRATEGIE DA ATTUARE IN CASO DI DIFFICOLTA' NELL'ATTUAZIONE DELLA PROGRAMMAZIONE

L'indicazione analitica delle letture, delle esercitazioni ecc. sarà riportata nel programma consuntivo alla fine dell'anno scolastico

	 Istituto di Istruzione Superiore "Vincenzo Benini" MELEGNANO	SQ 003/Rev 2
	PIANO DI LAVORO INDIVIDUALE	Pagina 4 di 5

**Il presente piano di lavoro/contratto formativo è stato presentato alla classe
in data 20-10-13**

Melegnano, 20-10-13

.....
(firma del docente)

I rappresentanti degli alunni

