

Per la programmazione didattico-disciplinare si concordano le Finalità, i Criteri, gli Strumenti di Valutazione e i contenuti “essenziali” della disciplina:

Le attività motorie e sportive, partendo dai concetti di corporeità e cultura del movimento, hanno come finalità la crescita, lo sviluppo e il mantenimento delle funzioni motorie in un rapporto interattivo con lo sviluppo delle capacità emotive e cognitive.

L'educazione fisica pertanto deve fornire agli alunni conoscenze sui processi che consentono lo sviluppo delle abilità personali, sulle procedure di miglioramento delle capacità fisiche, deve permettere orientamento attivo fra le mode, cogliendo il valore del movimento come elemento di prevenzione e di mantenimento della salute, deve far acquisire i collegamenti con i saperi scientifici che guidano l'interpretazione della motricità umana.

L'attività sportiva, inoltre, attraverso il sano confronto con gli altri e il rispetto delle regole, è uno strumento per arricchire l'aspetto sociale e formativo di ogni singolo allievo.

Nel proporre i contenuti delle unità didattiche si terrà conto delle esigenze bio-psicologiche dell'alunno e le attività avranno le caratteristiche di gradualità delle difficoltà, di sollecitare l'interesse e la motivazione perché gli alunni partecipino in maniera attiva e consapevole.

All'inizio dell'anno e alla fine di ogni unità didattica o tematica ( modulo) si potrà proporre un test di verifica, i cui risultati, insieme al tipo di partecipazione, all'interesse e all'impegno dimostrati, alla capacità di lavorare autonomamente e di relazionarsi con gli altri, saranno validi strumenti di valutazione.

Gli alunni esonerati dalle attività pratiche saranno coinvolti nella progettazione e nella realizzazione delle verifiche degli apprendimenti; questi studenti andranno valorizzati impegnandoli proprio in lavori di organizzazione e arbitraggio, ma anche di collaborazione nel rilevare i risultati delle verifiche. Per gli eventuali alunni/e con disabilità, sarà predisposta una strategia operativa che verrà calibrata sull'alunno in base ai bisogni.

I metodi utilizzati saranno quello globale ( per dare una visione d'insieme di tutto il movimento ) quello analitico ( per l'esecuzione di un gesto motorio specifico ), il problem solving (per permettere all'alunno di scoprire in maniera autonoma le strategie che portano alla risoluzione del problema motorio definito),il cooperative-learning (che sfrutta e migliora la collaborazione tra gli alunni) e il peer to peer (affiancando alunni per lo scambio di informazioni)

La programmazione verrà differenziata tra biennio e triennio.

Sarà attivato durante il corso dell'anno, come progetto extracurricolare, il gruppo sportivo, per dare la possibilità a quanti ne facciano richiesta, di allenarsi, tra i vari sport proposti, in quello preferito con tornei interni tra le classi

## CONTENUTI ESSENZIALI

### Teoria I anno

Terminologia specifica della disciplina Assi e piani del corpo umano. Vizi di portamento Paramorfismi e Dismorfismi Ginnastica Correttiva Generalità sul corpo umano, Sistema Scheletrico. Sport : regole degli sport di squadra ed individuali.

### Teoria II anno

Corpo umano: Apparato Locomotore Corpo umano: Apparato Cardiocircolatorio e Respiratorio. Qualità motorie di base

## PRATICA BIENNIO

Esercizi a corpo libero di coordinazione, destrezza ed equilibrio.

Esercizi di mobilità articolare a corpo libero e con i piccoli attrezzi: bacchette, funicelle.ecc

Ginnastica posturale.

Esercizi di educazione al ritmo. Fondamentali tecnici delle discipline sportive proposte. Es:

Aletica Leggera: corse, salti e lanci ecc.

Pallavolo: palleggio, bagher, battuta ecc.

Pallacanestro: palleggio, passaggio e tiro, ecc

Tennistavolo: servizio, dritto, rovescio, top spin, schiacciata, ecc.

Badminton: servizio, clear, drop, schiacciata ecc.

Calcio: controllo del pallone, passaggio, tiro ecc.

## Teoria III anno

Terminologia specifica.

Educazione alimentare e relativi disturbi.

Cenni sull'anatomia e fisiologia dell' Apparato Digerente.

## Teoria IV anno

Fisiologia Apparati e Sistemi.

Traumatologia e Primo Soccorso.

## Teoria V anno

Approfondimento degli argomenti relativi all'anatomia e alla fisiologia del corpo umano. Doping. Alcolismo, Tabagismo, Droghe.

Approfondimento sulle discipline sportive olimpiche e giochi di squadra.

Informazioni sulla prevenzione delle malattie trasmissibili sessualmente.

## PRATICA TRIENNIO

Esercizi di forza, resistenza, velocità, con adeguata mobilità articolare eseguiti a corpo libero, con li attrezzi e ai grandi attrezzi.

Esercizi con carico.

Approfondimenti con analisi tecnica e tattica sulle discipline sportive individuali e di squadra: Aletica Leggera, Tennistavolo, Badminton, Pallacanestro, Pallavolo e Calcio.

Esercizi a blocchi.

## CONOSCENZE E COMPETENZE MINIME:

### Biennio

- 1) Conoscenza e padronanza e rispetto del proprio corpo.
- 2) Eseguire gesti coordinati e con ritmi diversi, economici e in equilibrio, in situazioni statiche e dinamiche
- 3) Mobilità articolare delle principali articolazioni.
- 4) Fondamentali individuali degli sport trattati.
- 5) Rispetto delle regole, capacità di lavorare con e per gli altri.
- 6) Conoscenza della terminologia sportiva.

### Triennio

- 1) Consolidamento e sviluppo di ogni esperienza motoria vissuta.
- 2) Ampliamento delle capacità coordinative, condizionali per la realizzazione di movimenti complessi
- 3) Sviluppo delle propensioni individuali a coprire ruoli specifici negli sport proposti.
- 4) Saper collaborare con gli Insegnanti e organizzare il lavoro comune.
- 5) Saper utilizzare le conoscenze per trasferirle in altri ambiti.
- 6) Conoscenza e uso del linguaggio specifico della Disciplina.

La programmazione dei singoli docenti terrà conto della diversa dislocazione degli spazi operativi da utilizzare per lo svolgimento delle lezioni di Educazione Fisica, in particolare per le succursali. I colleghi del Liceo Artistico rappresentano la loro situazione logistica relativamente alla possibilità di poter o non poter utilizzare una palestra durante l'anno scolastico e in alternativa si svilupperà l'aspetto teorico della disciplina, fino all'inizio del servizio di bus navetta con la palestra. Il Progetto del Gruppo Sportivo Scolastico sarà presentato fra le attività da inserire nel PTOF.

Si prende visione degli obiettivi regionali proposti nell'allegato e si ritiene di realizzare nel corso dell'anno delle attività motorie sportive tendenti alla riduzione della dispersione scolastica.

Per gli alunni DSA e BES si prevede l'utilizzo di strumenti compensativi/dispensativi durante le verifiche.

Punto 9 -Si procede alla elaborazione di una verifica comune tenendo presenti gli argomenti sia pratici che teorici già evidenziati nella programmazione didattica della disciplina.

Esauriti i punti all'OdG si redige il presente verbale ed il coordinatore da appuntamento alla successiva seduta del giorno 6 settembre 2019. Si dichiara chiusa la seduta alle ore 11,00

# GRIGLIA DI VALUTAZIONE DI EDUCAZIONE FISICA

POVA PRATICA

PARAMETRI	DESCRITTORI	PUNTEGGIO
EFFICACIA DI MOVIMENTO (CAPACITA' CONDIZIONALI)	PARZIALE	1
	SUFFICIENTE	2
	COMPLETA	3
ECONOMIA DI MOVIMENTO (CAPACITA' COORDINATIVE)	PARZIALE	1
	SUFFICIENTE	2
	COMPLETA	3
TECNICA DI ESECUZIONE	PARZIALE	0,5
	SUFFICIENTE	1,5
	COMPLETA	2,5
RAPIDITA' DI ESECUZIONE	PARZIALE	0,5
	SUFFICIENTE	1,0
	COMPLETA	1,5