



LICEO SCIENTIFICO STATALE FEDERIGO ENRIQUES

Sede: Via della Bassata 19/21 57126 Livorno Tel. 0586813631

C.F.: 80005300498 - C. M.: LIPS010002 - CUU: UF1WO7

PEO: lips010002@istruzione.it PEC: lips010002@pec.istruzione.it Sito: <https://www.liceoenriques.edu.it>



PIANO DI LAVORO SVOLTO A.S. 2022-2023

CL./SEZ.	DOCENTE	MATERIA	ORE SVOLTE NELL'A.S.
1I	SIMONE BRONGO	SCIENZE MOTORIE	60

CONTENUTI		
NUCLEO TEMATICO	OBIETTIVI in termini di CONOSCENZE <i>con l'asterisco sono contrassegnati gli Obiettivi Minimi</i>	PERIODI o TEMPI DI ATTUAZIONE
La percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive	Conoscere le proprie potenzialità (punti di forza e criticità) con metacognizione in relazione alle proprie capacità coordinative e condizionali. Realizzare schemi motori funzionali alle attività motorie e sportive utilizzando le capacità coordinative e condizionali. Conoscere il ritmo nelle azioni motorie e sportive e saperlo riprodurre attraverso il movimento. Conoscere i principi fondamentali della teoria e alcune metodologie dell'allenamento anche con l'utilizzo della tecnologia. Conoscere la comunicazione non verbale per migliorare l'espressività nelle relazioni interpersonali.	Tutto l'anno scolastico
Lo sport, le regole e il fair play	Conoscere teoria e pratica delle tecniche e dei fondamentali individuali e di squadra dei giochi e degli sport e adattare alle situazioni richieste per raggiungere un obiettivo comune. Ricoprire ruolo di arbitraggio e segna punti secondo le regole del fair play.	Tutto l'anno scolastico
Salute, benessere, sicurezza e prevenzione	Conoscere gli aspetti scientifici e sociali delle problematiche alimentari, delle dipendenze e delle sostanze illecite. Conoscere gli effetti positivi di un sano stile di vita per il benessere psico-fisico. Conoscere le problematiche legate alla sedentarietà dal punto di vista fisico e sociale. Assumere comportamenti in sicurezza per prevenire gli infortuni.	Tutto l'anno scolastico
Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico	Conoscere le corrette pratiche motorie e sportive in ambiente naturale.	Tutto l'anno scolastico
Educazione civica	Il fair play nella vita e nello sport	Secondo periodo didattico (3 ore)

Per quanto attiene alle abilità e competenze si rimanda a quanto esplicitato nelle programmazioni dipartimentali pubblicate sul sito istituzionale.



LICEO SCIENTIFICO STATALE FEDERIGO ENRIQUES

Sede: Via della Bassata 19/21 57126 Livorno Tel. 0586813631

C.F.: 80005300498 - C. M.: LIPS010002 - CUU: UF1WO7



PEO: lips010002@istruzione.it PEC: lips010002@pec.istruzione.it Sito: <https://www.liceoenriques.edu.it>

OBIETTIVI RAGGIUNTI

La classe ha raggiunto un buon livello (in alcuni casi ottimo) di apprendimento tale da permetterle di risolvere situazioni motorie nuove e complesse sia dal punto di vista individuale che di gruppo/squadra con un efficace grado di metacognizione in termini di punti di forza e debolezza; buono è anche l'apprendimento delle competenze collaborative e partecipative che ha permesso al gruppo classe di risolvere problemi (motori e non) in modo autonomo e responsabile. La classe ha dimostrato di saper raggiungere un buon grado di partecipazione e motivazione prendendo parte alle attività proposte durante l'anno in modo propositivo.

METODOLOGIE

Sono state adottate le seguenti metodologie:

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Lezione frontale | <input type="checkbox"/> Esperienze in laboratorio |
| x <input checked="" type="checkbox"/> Lezione dialogata | x <input checked="" type="checkbox"/> Produzione di elaborati individuali in classe |
| x <input checked="" type="checkbox"/> Cooperative learning (anche in peer to peer) | e/o a casa |
| <input type="checkbox"/> Flipped classroom | <input type="checkbox"/> Altro (<i>specificare</i>) |
| <input type="checkbox"/> Lavoro di gruppo | |

STRUMENTI UTILIZZATI

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Libro di testo cartaceo | x <input checked="" type="checkbox"/> Materiali digitali prodotti dal docente (file di |
| <input type="checkbox"/> Libro di testo – apparato digitale | testo/audio/video/immagini) |
| <input type="checkbox"/> LIM | <input type="checkbox"/> App online (<i>specificare</i>)..... |
| <input type="checkbox"/> Classe virtuali di Google Workspace | <input type="checkbox"/> Altro (<i>specificare</i>)..... |
| <input type="checkbox"/> Fotocopie o dispense cartacee | |

VERIFICA E VALUTAZIONE

Sono state svolte verifiche pratiche nel primo periodo: test salto in lungo da fermo; test flessibilità colonna vertebrale; test della funicella. Le prove pratiche hanno messo in evidenza le capacità motorie sia coordinative che condizionali.

Nel secondo periodo sono state svolte verifiche pratiche: test salto in lungo da fermo (prova parallela al primo periodo); test della funicella (prova parallela al primo periodo); navetta 30m. Le prove pratiche hanno messo in evidenza i miglioramenti in termini di abilità rispetto al primo periodo.

Durante tutta l'attività didattica la classe è stata valutata attraverso osservazioni sistematiche al fine di valutare il processo di apprendimento delle competenze trasversali (partecipazione, impegno, capacità relazionali, comportamento e rispetto delle regole).

Livorno, 19/06/2023

Il docente SIMONE BRONGO