

# **DID01 - DOCENTI: Programma da svolgere durante l'anno scolastico**

(da pubblicare sul sito web in formato PDF)

<b>Classe:</b>	<b>1E</b>
<b>Materia:</b>	<i>Educazione Fisica</i>
<b>Insegnante:</b>	<b>Barbarossa Stefano</b>
<b>Testo utilizzato:</b>	nessuno, materiale multimediale e cartaceo per lo studio degli argomenti di teoria

## **Argomenti previsti**

<b>ARGOMENTO</b>	<b>NOTE</b>
<p><b>Attività sportive sulle qualità motorie di base</b></p> <p>Contenuti:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Esercizi individuali e a coppie</li><li>• Esercizi, percorsi e circuiti con eventuale utilizzo di piccoli attrezzi.</li><li>• Ginnastica artistica: capovolta avanti al suolo</li></ul> <p>Conoscenze:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Conoscenza, padronanza e rispetto del corpo</li><li>• Apparato Scheletrico</li></ul> <p>Competenze:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Saper gestire le capacità condizionali, coordinative, espressive ed emozionali.</li><li>• Conoscenza e controllo del proprio corpo.</li></ul> <p>Abilità:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Miglioramento delle qualità motorie di base</li></ul>	
<p><b>Attività sui fondamentali tecnici individuali degli sport praticati</b></p> <p>Contenuti:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• PALLAVOLO: Esercizi sul palleggio e bagher</li><li>• PALLACANESTRO: palleggio e passaggio</li><li>• GINN ARTISTICA: capovolta in avanti e indietro</li><li>• ATLETICA: corsa veloce e staffetta</li></ul> <p>Conoscenze/Abilità:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Conoscenza di gesti tecnici individuali delle discipline Praticate</li></ul> <p>Competenze:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Saper eseguire i gesti sportivi tecnici delle discipline praticate</li></ul>	

<p><b>Attività sportive di squadra</b></p> <p>Contenuti:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Circuiti, giochi collettivi, di squadra e pre-sportivi.</li> <li>• Fondamentali di squadra dei seguenti sport e giochi presportivi: Pallavolo. Pallacanestro, Badminton, Pallabase e UniocK</li> </ul> <p>Conoscenze/Abilità:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscenza dei gesti tecnici, delle regole, dei ruoli e delle posizioni in campo.</li> </ul> <p>Competenze:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper gestire le capacità del punto 1 in situazioni relazionali di gruppo e/o di squadra rispettando le regole imparando una corretta competitività, sapendo cooperare e risolvere conflitti, nel rispetto dei diversi livelli di capacità dei compagni e delle regole prestabilite</li> </ul>	<p><i>Se autorizzate dal CTS</i></p>
<p><b>Salute dinamica, effetti dell'attività fisica</b></p> <p>Conoscenze:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Informazioni sui principi fondamentali di prevenzione ed attuazione della sicurezza personale in palestra, a scuola, e negli spazi aperti.</li> <li>• Conoscere i benefici di uno stile di vita sano</li> </ul> <p>Competenze:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Essere responsabile della sicurezza personale negli ambienti scolastici e negli spazi esterni</li> <li>• Essere in grado di riconoscere i comportamenti alimentari e motori per il benessere psicofisico</li> </ul>	
<p><b>Il movimento in ambiente naturale</b></p> <p>Contenuti:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sport di orientamento</li> </ul> <p>Competenze:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper stabilire un rapporto corretto con l'ambiente naturale</li> </ul>	
<p>Nell'ambito dell'ed. civica si tratterà l'argomento concordato con il cdc.</p>	

### **Criteria di formulazione delle proposte di voto quadrimestrale**

Numero: Il numero minimo di valutazioni è di 2 per quadrimestre.

Tipologia delle verifiche: Il contenuto teorico della materia, potrà essere soggetto a valutazioni orali o scritte a discrezione del docente e/o della particolare situazione.

I test e le prove pratiche saranno la parte preponderante della valutazione.

Il voto proposto viene formulato considerando la media ponderata dei voti conseguiti dallo studente e che si riferiscono:

- Al dato oggettivamente misurabile e rilevabile (test e prove)
- Al dato fisiologico e alle competenze iniziali e finali dell'allievo/a

- Alla disponibilità, alla consapevolezza, all'impegno, alla partecipazione dimostrati durante le lezioni
- All'atteggiamento verso la materia, se stessi, gli altri e l'ambiente.

Gli studenti con esonero parziale o totale, o problematiche fisiche momentanee opportunamente certificate, svolgeranno attività pratiche e/o teoriche inerenti al programma disciplinare, la cui scelta verrà concordata tra l'insegnante e l'alunno e dipenderà dal motivo dell'esonero. I criteri previsti nella verifica e valutazione terranno conto della situazione dell'alunno e delle potenzialità presenti. La modalità di valutazione sarà preferibilmente orale.

Corsico, 28/10/2022

L'insegnante:

Stefano Barbarossa

**N.B.** - *Questo testo, pubblicato su web senza firma, è identico a quello firmato depositato in segreteria didattica*