

	 Istituto di Istruzione Superiore "Vincenzo Benini" MELEGNANO	SQ 003/Rev 2
	PIANO DI LAVORO INDIVIDUALE	Pagina 1 di 3

ANNO SCOLASTICO 2013-2014

PIANO DI LAVORO ANNUALE - CONTRATTO FORMATIVO

DOCENTE	MATERIA	CLASSE
CAPRIOGLIO SIMONETTA	EDUCAZIONE FISICA	5 A ERICA

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

COMPETENZE	CONOSCENZE	ABILITA'
Manifesta qualità condizionali e coordinative adatte allo svolgimento della attività motorie proposte, (individuali e di squadra).	Resistenza generale. Miglioramento capacità condizionali e coordinative. Giochi di squadra: fondamentali e sviluppo del gioco. Regole di arbitraggio per una corretta gestione del gruppo.	Controlla la postura del corpo. Ascolta e mette in pratica in modo corretto le richieste dell'insegnante. Valuta correttamente la traiettoria della palla e gli spostamenti dei compagni nel corso dei giochi di squadra. Esegue globalmente i fondamentali delle discipline sportive proposte. Controlla la posizione del corpo, ha una suff. capacità nel realizzare i principali gesti naturali (corsa, salti, lanci).

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

CRITERI E GRIGLIE DI VALUTAZIONE DELLA PRATICA

INDICATORI (cosa si valuta)	PESO (punti assegnati)	LIVELLO (voti corrispondenti al Punteggio assegnato)																																			
<p>Attenzione alla lezione. Porta il materiale per svolgere la lezione.</p> <p>La corsa nei suoi vari modi. Test vari sulla forza, coordinazione, resistenza.</p> <p>Sa arbitrare un gioco di squadra. Sa partecipare ad un gioco di squadra.</p>	<p>Si permette un giustificata al mese.</p> <p>Si segnano la mancanza di materiale e le indisposizioni.</p>	<p>Si valutano i test con l'utilizzo di griglie prese dai testi di Educazione Fisica. Esempio di griglia di valutazione.</p> <p>Sit Up Test ADDOMINALI</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <thead> <tr> <th style="text-align: left;">Età</th> <th>14-17</th> <th>18-19</th> <th>14-17</th> <th>18-19</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>10</td> <td>>40</td> <td>>45</td> <td>>50</td> <td>>60</td> </tr> <tr> <td>9</td> <td>30-39</td> <td>35-44</td> <td>41-49</td> <td>51-59</td> </tr> <tr> <td>8</td> <td>29-29</td> <td>25-34</td> <td>34-40</td> <td>41-50</td> </tr> <tr> <td>7</td> <td>11-19</td> <td>16-24</td> <td>27-33</td> <td>31-40</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>10-12</td> <td>10-15</td> <td>19-26</td> <td>21-30</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>Meno di 10</td> <td>Meno di 10</td> <td>9-18</td> <td>11-20</td> </tr> </tbody> </table>	Età	14-17	18-19	14-17	18-19	10	>40	>45	>50	>60	9	30-39	35-44	41-49	51-59	8	29-29	25-34	34-40	41-50	7	11-19	16-24	27-33	31-40	6	10-12	10-15	19-26	21-30	5	Meno di 10	Meno di 10	9-18	11-20
Età	14-17	18-19	14-17	18-19																																	
10	>40	>45	>50	>60																																	
9	30-39	35-44	41-49	51-59																																	
8	29-29	25-34	34-40	41-50																																	
7	11-19	16-24	27-33	31-40																																	
6	10-12	10-15	19-26	21-30																																	
5	Meno di 10	Meno di 10	9-18	11-20																																	

DEFINIZIONE DEGLI OBIETTIVI MINIMI PER IL RAGGIUNGIMENTO DELLA SUFFICIENZA

Coordinazione oculo-manuale: capacità di controllo della palla nei fondamentali di pallavolo.
Coordinazione dinamica generale: superamento della funicella
Capacità condizionali: corsa di resistenza e addominali.

STRUMENTI DI OSSERVAZIONE, DI VERIFICA E DI VALUTAZIONE NUMERO DI VERIFICHE PREVISTE PER OGNI PERIODO

Osservazione sistematica degli alunni anche con l'ausilio di specifiche griglie
 Valutazione delle prove somministrate.
 Valutazione impegno, interesse rispetto delle regole e delle consegne.
 Il numero minimo di verifiche nel primo quadrimestre è di due; nel secondo quadrimestre minimo tre.

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

SVOLGIMENTO DEL PROGRAMMA (1)

1° QUADRIMESTRE	2° QUADRIMESTRE
Resistenza generale	Conoscenza e pratica dell'attività sportiva
Miglioramento capacità condizionali e coordinative. Argomenti a scelta per la parte teorica tra pronto soccorso e grandi giochi.	Pallavolo. Pallacanestro. Nozioni di anatomia .
Giochi di squadra; fondamentali e sviluppo del gioco.	Tornei.
Test.	

STRUMENTI UTILIZZATI PER LA DIDATTICA

Piccoli e grandi attrezzi. Eventuali schede di presentazione dei giochi con le regole.

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

**(1) Si richiede l'elencazione dei temi essenziali che saranno sviluppati.
L'indicazione analitica delle letture, delle esercitazioni ecc. sarà riportata nel programma consuntivo alla fine dell'anno scolastico**

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

Melegnano,

.....
(firma del docente)

I rappresentanti degli alunni

