

**PIANO DI LAVORO DISCIPLINARE INDIVIDUALE**

Revisione 00 del 01/04/04

Pagina 1 di 4

DOCENTE: RAPETTI GIANCARLO

MATERIA:

EDUCAZIONE FISICA

CLASSE:

TRIENNIO

A.S. 2009/10

**PARTE A (DA CONSEGNARE ENTRO 14/11/2009)****1. LIVELLI DI PARTENZA**

Strumenti usati per la rilevazione:

Osservazione

Somministrazione di test motori

Livelli rilevati:

Nella norma

Iniziative volte al superamento delle difficoltà iniziali:

Giochi propedeutici per favorire la socializzazione, l'inserimento e lo sviluppo globale delle abilità motorie

**2. OBIETTIVI TRASVERSALI**

Capacità espressiva chiara e corretta

Terminologia specifica: comprensione ed uso

Ordine formale, puntualità, igiene personale e dell'abbigliamento

Rispetto dell'ambiente e delle strutture sportive

Correttezza e collaborazione con altre discipline

Informazioni fondamentali sulla tutela della salute e sulla prevenzione agli infortuni

**3. OBIETTIVI DISCIPLINARI**

L'acquisizione del valore della corporeità per la formazione di una personalità equilibrata e stabile

Consolidamento di una cultura motoria e sportiva quale costume di vita

Raggiungimento del completo sviluppo corporeo e motorio attraverso l'affinamento delle capacità fisiche e delle funzioni neuromuscolari

Arricchimento della coscienza sociale attraverso la consapevolezza di se e l'acquisizione della capacità critica nei riguardi del linguaggio del corpo e dello sport

**PIANO DI LAVORO DISCIPLINARE INDIVIDUALE**Revisione **00** del **01/04/04**

Pagina 2 di 4

INSEGNANTE: **RAPETTI GIANCARLO**MATERIA: **EDUCAZIONE FISICA** CLASSE: **TRIENNIO** A.S. **2009/10****CONTENUTI FONDAMENTALI**

attività ed esercizi a carico naturale  
attività ed esercizi di opposizione e resistenza  
attività ed esercizi con piccoli attrezzi e ai grandi attrezzi  
attività ed esercizi di rilassamento e di respirazione  
attività ed esercizi eseguiti in varietà di ritmo e fine spazio temporale  
attività ed esercizi di equilibrio in situazioni dinamiche complesse  
attività sportive individuali quali l'atletica leggera  
attività sportive di squadra (pallacanestro, pallavolo, pallamano, calcio)  
organizzazione di attività e arbitraggio degli sport di squadra  
formazioni sulla teoria del movimento e sulla metodologia dell'allenamento  
esercitazioni di assistenza diretta e indiretta relativa all'attività svolte  
conoscenze essenziali sulle norme di comportamento ai fini della prevenzione degli infortuni e in caso di incidenti

**METODI DI INSEGNAMENTO E STRUMENTI DI LAVORO**

metodo deduttivo  
utilizzo di tutte le attrezzature e strumentazioni in dotazione

**VERIFICA E VALUTAZIONE**

strumenti e criteri adottati

utilizzo di attività pratiche sportive, individuali e di squadra  
verifiche di valutazione mediante la somministrazione di test motori  
prove multiple per la valutazione di qualità e funzioni motorie diverse  
progresso rispetto alla situazione di partenza

**INTERVENTI DIDATTICI INTEGRATIVI**

utilizzo di videocassette e testi  
lavoro di gruppo per aiuto e collaborazione

14-11-2009

Elaborato da Prof. GianCarlo RAPETTI

Firma