Istituto Tecnico Industriale L.S.“GIORDANI “

CASERTA

Anno scolastico 2014/15

PIANO DI LAVORO SVOLTO

DOCENTE POTENZA VINCENZO

MATERIA DI INSEGNAMENTO Scienze Motorie e Sportive

Classe 4 . Sez : A mecc.

Data 04/06/15

Firma
Vincenzo Potenza

OBIETTIVI:

Gli obiettivi sono stati individuati per l'intero corso di studi,come da programmi ministeriali vigenti,con differenziazioni di applicazioni suggerite dalla valutazione:

- Dalle necessità emergenti si
- Dalla disponibilità di attrezzature si
- Dalle caratteristiche ambientali si

Obiettivi generali:

^ Potenziamento fisiologico si
^ Rielaborazione degli schemi motori si
^ Consolidamento del carattere,sviluppo della socialità,del senso civico si
^ Conoscenza e pratica delle attività sportive si
^ Informazioni fondamentali sulla tutela della salute e prevenzione degli infortuni si

espressi in termini di:

Conoscenze:

^ Conoscere i contenuti della disciplina si
^ Conoscere la terminologia specifica si
^ Conoscere il significato delle azioni e le modalità esecutive si

Competenze:

^ Saper utilizzare il lessico della disciplina e saper comunicare in modo efficace si
^ Saper arbitrare con codice giusto si
^ Saper condurre una seduta di allenamento no
^ Saper organizzare un gruppo si
^ Saper adattarsi a situazioni motorie che cambiano,a nuove regole,a nuovi schemi si

Capacità:

^ Eliminare eventuali inibizioni motorie si
^ Memorizzare sequenze motorie si
^ Comprendere regole e tecniche si
^ Progettare ed attuare tatticamente no
^ Riutilizzare gli apprendimenti motori si

Gli obiettivi generali effettivamente raggiunti e le conoscenze,competenze,e capacità effettivamente maturate sono state evidenziate.

CONTENUTI:

Sono stati evidenziati i contenuti minimi e gli argomenti sviluppati *con* ***coordinamento pluridisciplinare. .***

Attività individuali

< Ginnastica (esercizi a corpo libero o con piccoli attrezzi,di pre-acrobatica ***si***
< Corse di resistenza per il miglioramento delle grandi funzioni ***si***
< Cavallina (salto volteggio) ***no***

Attività in gruppo

< Propedeutiche alla pallavolo ***si***
< Propedeutiche all'atletica ***si***
< Propedeutiche al calcetto ***si***
- Tennis Tavolo ***si***

Attività di squadra

< Pallavolo (Tecnica e meccanica dei fondamentali:palleggi,battuta,ricezione,muro e schiacciata). ***si***
<Calcio a cinque (Tecnica e meccanica dei fondamentali:palleggio,passaggio e tiro). e Basket ***si***
< Arbitraggio (pallavolo, basket e calcio a cinque).
< Refertaggio(pallavolo,basket e calcio a cinque).) ***no***

Teoria

< Il corpo umano :apparato respiratorio e cardio-vascolare(in coordinamento con scienze; *si*
<Il sistema muscolare; *si*
< Pronto soccorso(in coordinamento con scienze);
< Igiene: Alimentazione dello sportivo; ***si***
Prevenzione e tutela della salute; ***si***
Il doping ; ***si***
^ Traumi dello sport; ***si***
< Capacità motorie (condizionali e coordinative).

Il docente
Vincenzo Potenza