



**LICEO SCIENTIFICO STATALE "Alessandro Volta"**

Via Juvarra n. 14 - 10122 TORINO Tel. 011.54.41.26 - E-mail: tops020006@pec.istruzione.it - tops020006@istruzione.it

Sito web: liceovolta.eu - Cod. Fisc. 80091160012 - Cod. Mecc. TOPS020006



**Anno scolastico 2025/2026**

**PIANO DI LAVORO**

**DOCENTE: DI FABRIZIO ANGELA**

**Classe: V Ds**

**Disciplina: SCIENZE MOTORIE**

## **1.OBIETTIVI DIDATTICI**

### **1 a. OBIETTIVI COGNITIVI DELLA DISCIPLINA**

Gli obiettivi cognitivi della materia, tesi ad una educazione completa, comprendono competenze trasversali che si possono riassumere:

- esposizione di un'attività svolta utilizzando la terminologia specifica della materia
- fondamentali di squadra - tattica di gioco - arbitraggio di uno sport
- collaborare nell'organizzazione di eventi sportivi in ambito scolastico
- norme di primo soccorso e mantenimento di una buona qualità della vita (nozioni di primo soccorso),
- conoscenza teorica e pratica del concetto di allenamento
- adottare stili comportamentali improntati al faire play.

### **1 b. OBIETTIVI MINIMI DELLA DISCIPLINA**

L'insegnamento delle scienze motorie e sportive, nella peculiarità delle sue manifestazioni, dei suoi linguaggi e delle sue tecniche, rientra nel contesto dell'azione educativa e formativa delle scuole secondarie di secondo grado, favorendo un particolare contributo alla crescita della persone e del cittadino:

- Lo studente deve essere in grado di realizzare: azioni motorie utilizzando le proprie capacità condizionali e coordinative generali (capacità di apprendimento motorio, capacità di controllo motorio, capacità di adattamento e trasformazione dei movimenti).
- Raggiungere gli standard minimi nei Test Pratici proposti.
- Conoscere sufficientemente gli argomenti trattati (pratici e teorici).
- Frequentare regolarmente le lezioni di Scienze Motorie.
- Mantenere sempre un comportamento corretto e adeguato alla situazione.
- Durante le lezioni essere collaborativo.

## **2. CONTENUTI**

### **2a. TESTI IN ADOZIONE**

“EDUCARE AL MOVIMENTO” volume “ Gli sport” N. Lovecchio G.Fiorini. Dea Scuola.

### **2b. NUMERO DI ORE PREVISTE**

66 ore previste

### **2 c. PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE** (suddivisa in trimestre e pentamestre)

|           |                                                                                                                                                              |
|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| TRIMESTRE | Conoscenza degli allievi, condivisione delle regole da seguire durante le ore di scienze motorie, lettura del regolamento di palestra e firma da parte delle |
|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|             | <p>famiglie.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lavoro sulla resistenza</li> <li>• Potenziamiento muscolare: addominali, piegamenti, plank</li> <li>• Capacità coordinative: coordinazione, destrezza e test con la funicella a tempo</li> <li>• Pallavolo</li> <li>• Basket</li> <li>• Test elevazione</li> <li>• Attività Multisport</li> </ul>                                                                                                                                                      |
| PENTAMESTRE | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacità coordinative: coordinazione, equilibrio, destrezza, con utilizzo di piccoli attrezzi e test circuito di destrezza</li> <li>• Teoria: Primo soccorso</li> <li>• Basket: palleggio, passaggio, terzo tempo</li> <li>• Volley: battuta dall'alto, palleggio, bagher, muro e schiacciata</li> <li>• Hitball</li> <li>• Scatti di velocità, test navetta</li> <li>• Lavoro sulla resistenza e Test di Cooper (12 minuti).</li> <li>• Attività Multisport</li> </ul> |

### 3. METODOLOGIA DIDATTICA E STRUMENTI DI INSEGNAMENTO

#### 3 a. METODOLOGIA

Attività per moduli, attività con classi parallele, lezioni presso impianti sportivi e/o con istruttori qualificati esterni.

| METODOLOGIA UTILIZZATA        |   | EVENTUALI OSSERVAZIONI |
|-------------------------------|---|------------------------|
| Lezione frontale              | x |                        |
| Lezione dialogata/partecipata | x |                        |
| Lavoro di gruppo              | x |                        |
| Tecniche di brain storming    |   |                        |
| Problem solving               | x |                        |
| Relazioni                     |   |                        |
| Discussioni                   | x |                        |
| Assegnazione letture          |   |                        |
| Assegnazione esercizi         |   |                        |
| Analisi e/o traduzione testi  |   |                        |

|                                 |   |  |
|---------------------------------|---|--|
| Collegamenti interdisciplinari  |   |  |
| Tutoring (peer education)       |   |  |
| Cooperative learning            |   |  |
| Classe capovolta                |   |  |
| Uso delle TIC                   |   |  |
| Uso di laboratori               |   |  |
| Uso di strumenti multimediali   | x |  |
| Attività motoria a corpo libero | x |  |
| Pratica sportiva                | x |  |
| Attività con gli attrezzi       | x |  |
| Altro: .....                    |   |  |

### 3 b. STRUMENTI

| STRUMENTI UTILIZZATI                                                         |   | EVENTUALI OSSERVAZIONI |
|------------------------------------------------------------------------------|---|------------------------|
| Libro di testo                                                               |   |                        |
| Eserciziario per lavori in classe o a casa                                   |   |                        |
| Testi di approfondimento                                                     |   |                        |
| Materiale (anche in formato digitale) fornito dall'insegnante                | x |                        |
| Presentazioni dell'insegnante (PowerPoint, Prezi, ecc.)                      | x |                        |
| Presentazioni di materiali elaborati dagli allievi (PowerPoint, Prezi, ecc.) |   |                        |
| LIM                                                                          | x |                        |
| Software didattici                                                           |   |                        |
| Quotidiani, riviste scientifiche, ecc.                                       |   |                        |
| Sussidi audiovisivi                                                          |   |                        |
| Laboratorio                                                                  |   |                        |
| Visite e uscite didattiche                                                   | x |                        |
| Altro: .....                                                                 |   |                        |

## 4. TIPOLOGIA, FREQUENZA DELLE VERIFICHE E CRITERI DI VALUTAZIONE

### 4.a TIPOLOGIA E FREQUENZA DELLE VERIFICHE

| N. Verifiche<br>trimestre | N. Verifiche<br>pentamestre | Tipologia di prove usate (v. legenda) |
|---------------------------|-----------------------------|---------------------------------------|
| 2                         | 3                           | 1,9, 12, 19                           |

|                         |                               |                                         |
|-------------------------|-------------------------------|-----------------------------------------|
| 1. verifica orale       | 9. esercizi                   | 17. relazione                           |
| 2. testo argomentativo  | 10. problemi                  | 18. prova strutturata o semistrutturata |
| 3. saggio breve         | 11. quesiti a risposta aperta | 19. prova pratica                       |
| 4. articolo di giornale | 12. quesiti a scelta multipla | .....                                   |

|                        |                                      |  |
|------------------------|--------------------------------------|--|
| 5. tema storico        | 13. trattazione sintetica            |  |
| 6. analisi testi       | 14. prova d'ascolto                  |  |
| 7. traduzione          | 15. comprensione del testo in lingua |  |
| 8. prove di competenza | 16. produzione testo in lingua       |  |

Le prove saranno effettuate tramite:

- Test motori
- Percorsi misti
- Valutazione sport (fondamentali individuali e di squadra)
- Prove scritte (test a crocette, domande aperte), interrogazioni orali.

Modalità di verifica

Le verifiche riguarderanno i miglioramenti psicofisici degli alunni registrati al termine di ogni unità di apprendimento, considerando la situazione di partenza dell'individuo e della classe.

I miglioramenti saranno registrati sia attraverso l'osservazione indiretta che l'esecuzione di prove specifiche.

Il dipartimento ha stabilito degli accordi preliminari per la predisposizione di prove comuni riferite al basket e al volley per tutte le classi dalla prima alla quarta. L'oggetto di tali prove è stato individuato per le varie classi, come segue:

#### Basket

| <b>Classe</b> | <b>Prova pratica</b>                                                                           |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Prima         | Conteggio dei canestri realizzati in una serie di tiri da una posizione definita in 30 secondi |
| Seconda       | Semplice percorso in palleggio con la dx e la sx e tiro a canestro                             |
| Terza         | Palleggio e tiro in terzo tempo                                                                |
| Quarta        | Numero di passaggi al petto contro il muro in 30 secondi                                       |

#### Pallavolo

| <b>Classe</b> | <b>Prova pratica</b>                                                                     |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| Prima         | 5 battute dal basso (di sicurezza) e 5 palleggi sopra il capo con controllo della palla, |
| Seconda       | 5 battute mirate ,5 bagher sopra il capo, 10 palleggio/bagher alternati, alto/sicurezza  |
| Terza         | 5 battute dall'alto, 6 palleggio bagher alternato sul posto                              |
| Quarta        | A coppie 5 battute dall'alto con relativa ricezione in bagher                            |

#### 4.b. CRITERI DI VALUTAZIONE

##### GRIGLIA DI VALUTAZIONI PER VERIFICA TEORICA (scritta o orale).

| Voto | Contenuti                                                                                                                | Linguaggio specifico                                            | Capacità argomentative e comprensione                                            |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| 4    | Informazione del tutto insufficiente, le argomentazioni non sono consistenti                                             | Molto scarso o inesistente                                      | Argomentazione assente o illogica e incoerente                                   |
| 5    | Informazione insufficiente con argomentazioni poco chiare e confuse                                                      | Insufficiente, uso incerto del linguaggio specifico             | Argomentazione carente e comprensione mnemonica e parziale                       |
| 6    | Informazione sufficiente; presenza superficiale degli elementi fondamentali e/o presenza corretta solo di alcuni di essi | Sufficiente, corretto e semplice l'uso del linguaggio specifico | Argomentazione semplice e coerente e comprensione solo degli elementi essenziali |
| 7    | Informazione discreta, presenza corretta degli elementi fondamentali                                                     | Discreto, corretto e appropriato l'uso del linguaggio specifico | Argomentazione efficace e coerente e comprensione soddisfacente                  |
| 8    | Informazione corretta e ampiamente soddisfacente dell'argomento                                                          | Buono, corretto e appropriato l'uso del linguaggio specifico    | Argomentazione efficace, coerente, articolata e comprensione                     |
| 9-10 | Informazione ampia approfondita e con collegamenti                                                                       | Ottimo, vario, rigoroso e ricco                                 | Argomentazione puntuale, articolata, coerente e comprensione piena               |

##### GRIGLIA DI VALUTAZIONE PER VERIFICA PRATICA.

| Voto | Giudizio                 | Criterio                                                                        |
|------|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 4    | Gravemente insufficiente | Incapacità di svolgere l'esercizio, dimostrando grandi difficoltà di esecuzione |
| 5    | Insufficiente            | Esercizio svolto in modo impreciso e con difficoltà nell'esecuzione             |
| 6    | Sufficiente              | Esercizio svolto con alcune indecisioni e ritmo non sempre preciso              |
| 7    | Discreto                 | Esercizio svolto con una certa sicurezza, ma con imperfezioni                   |
| 8    | Buono                    | Esercizio svolto con sincronia e sicurezza, ma con alcune imprecisioni          |

|      |                     |                                                                                         |
|------|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| 9-10 | Ottimo - eccellente | Esercizio svolto con la massima sincronia e scioltezza, con stili diversi, senza errori |
|------|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|

Per gli alunni con “esoneri parziali” o “esoneri totali” verranno concordate interrogazioni o presentazioni multimediali.

Per gli alunni con ESONERO TOTALE, con dispensa dalla partecipazione alle lezioni di scienze motorie le verifiche minime saranno due per il TRIMESTRE e due per il PENTAMESTRE.

Per quanto riguarda i BES verranno adottate misure compensative e dispensative adeguate alle problematiche dell'alunno.

#### 4.c. VALUTAZIONE FINALE (PTOF)

La valutazione finale è la sintesi di quanto emerso **nel corso dell'anno**:

- dalle prove scritte e orali, cioè dal livello di conoscenze e competenze acquisite dallo studente, anche rispetto ai risultati della classe;
- dai progressi rispetto alla situazione di partenza e dalla risposta alle azioni di recupero e di potenziamento;
- dall'impegno dimostrato, anche a fronte di eventuali situazioni di criticità quali, ad esempio, motivi di salute;
- dalle capacità di lavoro, sia autonomo che guidato;
- dalla partecipazione alle iniziative promosse dalla scuola e al dialogo educativo;
- dal comportamento dimostrato nei confronti delle persone e degli ambienti.

**Si ricorda** che il voto finale, al termine dell'anno scolastico, non è la media aritmetica dei voti ottenuti dallo studente in ciascuna materia, ma è l'attribuzione del livello raggiunto negli obiettivi disciplinari ed educativi da parte di ciascun allievo, tenendo in considerazione la partecipazione alle attività proposte, l'impegno e il rispetto delle regole.

#### 5. ATTIVITA' DI RECUPERO

Le poche insufficienze, dovute quasi esclusivamente a difficoltà motorie saranno compensate con prove motorie su obiettivi minimi o interrogazioni su argomenti teorici.

| MODALITA' UTILIZZATA                   |   | EVENTUALI OSSERVAZIONI |
|----------------------------------------|---|------------------------|
| Recupero in itinere in ore curricolari | x |                        |
| Assegnazione lavoro individualizzato   |   |                        |
| Potenziamento                          |   |                        |

|                                                                        |  |  |
|------------------------------------------------------------------------|--|--|
| Recupero in ore extra-curricolari                                      |  |  |
| Settimana di interruzione dell'attività didattica (26-30 gennaio 2026) |  |  |
| Peer tutoring                                                          |  |  |

## 6. ATTIVITA' INTERDISCIPLINARI E PROGETTI DIDATTICI

Attività curriculari ed extra-curricolari programmati per la classe dai singoli docenti

| Contenuti/titolo | Discipline concorrenti | Periodo                   | Tempi in ore o giorni | Studenti coinvolti | Docenti referenti o accompagnatori |
|------------------|------------------------|---------------------------|-----------------------|--------------------|------------------------------------|
| Multisport       | Scienze motorie        | trimestre/<br>pentamestre | 15 ore                | Intera classe      | Di Fabrizio                        |

Torino 31/10/ 2025

La Docente: Di Fabrizio Angela