



Anno scolastico 2025/2026

PIANO DI LAVORO

**DOCENTE
FERRARI MICHELA**

**Classe
IA**

**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:

- Saper operare sintesi tra le conoscenze acquisite nei diversi ambiti.
- Sapere il valore di una cultura multisportiva.
- Saper utilizzare le diverse forme espressive.
- Saper comprendere l'importanza del controllo del corpo, del mantenimento della salute, di un corretto stile di vita e di una corretta alimentazione.
- Saper comprendere la funzione delle regole e delle istituzioni.
- Saper lavorare in gruppo, cooperare, rispettare le regole, relazionarsi in modo positivo con gli altri.
- Sapere il percorso e l'evoluzione dello sport nel tempo e nella storia.

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.

Il dipartimento ha stabilito degli accordi preliminari per la predisposizione di prove riguardanti alcuni sport da somministrare entro fine aprile a tutte le classi dalla prima alla quarta. L'oggetto di tali prove è stato individuato, per le varie classi, come segue:

Basket

Classe	Prova pratica
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 muro in 30 secondi

Pallavolo

Classe	Prova pratica
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

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 famiglie. • Lavoro sulla resistenza e Test di Cooper (6 minuti). • Teoria: terminologia specifica della materia. • Capacità condizionali: la velocità con test a cronometro su un percorso creato con piccoli attrezzi; • Hitball la teoria del gioco e la pratica: la sbracciata. Verifica di fine unità di apprendimento. • Teoria: L'alimentazione, lavoro a piccoli gruppi. • Fondamentali del rilassamento
PENTAMESTRE	• Capacità coordinative: coordinazione, equilibrio, destrezza, con utilizzo di piccoli attrezzi e test con la funicella e l'asse di equilibrio. • Basket: palleggio, passaggio e tiro con verifica. • Volley: battuta di sicurezza, palleggio e bagher con verifica. • Lavoro sulla resistenza e Test di Cooper (12 minuti). • Teoria: La rotazione in campo. • Fondamentali del rilassamento

3. METODOLOGIA DIDATTICA E STRUMENTI DI INSEGNAMENTO

3 a. METODOLOGIA

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

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, lavori di gruppo con presentazione in power point.

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 una per il TRIMESTRE e una per il PENTAMESTRE.

4.a TIPOLOGIA E FREQUENZA DELLE VERIFICHE

N. Verifiche trimestre	N. Verifiche pentamestre	Tipologia di prove usate (v. legenda)
2	3	1, 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	

4.b. CRITERI DI VALUTAZIONE

GRIGLIE VALUTAZIONI VERIFICHE TEORICHE

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	Sufficiente, corretto e semplice l'uso del linguaggio specifico	Argomentazione semplice e coerente e comprensione solo degli elementi essenziali

	presenza corretta solo di alcuni di essi		
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

GRIGLIE VALUTAZIONI VERIFICHE PRATICHE

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

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, da parte del Consiglio di classe, del livello raggiunto negli obiettivi disciplinari ed educativi da parte di ciascun allievo.

5. ATTIVITA' DI RECUPERO

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		
Altro:		

6. ATTIVITA' INTERDISCIPLINARI E PROGETTI DIDATTICI

Attività curricolari 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
GREEN DAY	Scienze	Settembre 2025	Intera giornata	Intera classe	Ferrari, Rampone

Torino 26 ottobre 2025

La Docente: Ferrari Michela