
Dipartimento di Educazione Fisica

Programmazione di Dipartimento

L'insegnamento dell'Educazione Fisica nella scuola secondaria superiore costituisce il logico proseguimento e completamento di quello svolto nella scuola media e si propone assieme alle altre discipline di aiutare lo sviluppo della personalità degli alunni, favorendo la ricerca di un'identità positiva adulta. L'Educazione fisica pertanto così come evidenziato nei nuovi programmi del 1982 e nelle proposte della Commissione Brocca non si pone solamente obiettivi in relazione all'area corporea della personalità, ma si indirizza anche a favorire la maturazione delle aree eminentemente psicologiche. In questo senso la moderna Educazione fisica pur mantenendo alcuni obiettivi di carattere specificamente igienico-sanitario, allarga i suoi orizzonti a tutta la personalità dell'allievo conquistandosi a pieno titolo un ruolo fondamentale nel processo educativo e ricercando nello stesso tempo collegamenti sempre maggiori con le altre discipline.

Obiettivi generali della disciplina

- ❑ Aiutare lo sviluppo della personalità dell'alunno e favorire il suo adattamento all'ambiente.
- ❑ Migliorare le grandi funzioni vitali e la salute psicofisica.
- ❑ Completare la conoscenza, la presa di coscienza e l'interiorizzazione del proprio corpo inteso in tutte le possibilità di movimento, espressione e comunicazione.
- ❑ Costruire un valido e funzionale "profilo motorio" che permetta di esprimersi attraverso gesti tecnici corretti.
- ❑ Approfondire il concetto della comunicazione non verbale mediante l'utilizzo del linguaggio gestuale e mimico.
- ❑ Migliorare il processo di relazione e socializzazione con i compagni e stimolare le capacità di comunicazione, collaborazione, tolleranza, fino ad arrivare alla partecipazione attiva e responsabile alla vita di gruppo.
- ❑ Sollecitare e sviluppare abiti morali e sociali quali il rispetto delle regole, il comportamento leale e corretto (fair play), la capacità di integrazione e identificazione col gruppo, la serena accettazione di vittorie e sconfitte, individuali e di gruppo.
- ❑ Sviluppare il controllo emozionale con particolare riferimento all'ansia, alla paura, alla timidezza, all'aggressività.
- ❑ Comprendere l'importanza della corporeità e del movimento in una visione unitaria della persona umana.
- ❑ Sviluppare una concezione di vita sana ed equilibrata che abbia alla base il rispetto e la tutela della salute psicofisica personale e altrui e dell'ambiente.
- ❑ Stimolare la consapevolezza dell'importanza dell'ambiente circostante e di un suo corretto utilizzo e dell'attività motoria come mezzo per raggiungere la salute dinamica.
- ❑ Conoscere le nozioni più generali sulle diverse tematiche dell'educazione sanitaria e della prevenzione con particolare riguardo agli stili di vita.
- ❑ Trasmettere il significato autentico dell'attività sportiva e incentivare l'assunzione di comportamenti corretti durante la pratica e durante la visione di manifestazioni sportive.
- ❑ Educare al rispetto delle regole generali e sportive, al rispetto dell'avversario, degli arbitri e degli ufficiali di gara.
- ❑ Educare alla convivenza civile con particolare riferimenti all'educazione stradale.

Dipartimento di Educazione Fisica

Obiettivi specifici della materia

- ❑ Potenziamento fisiologico
- ❑ Rielaborazione e affinamento degli schemi motori precedentemente appresi
- ❑ Miglioramento delle capacità coordinative e percettivo-cinetiche
- ❑ Scoperta e approfondimento delle proprie potenzialità espressive attraverso il movimento
- ❑ Conoscenza e pratica dei giochi tradizionali e presportivi e delle attività sportive codificate con particolare riferimento ai giochi di squadra.
- ❑ Conoscenza, comprensione, analisi e applicazione dei gesti tecnici individuali e di squadra (schemi di gioco)
- ❑ Conoscenza di argomenti relativi all'anatomia e alla fisiologia umana con particolare riferimento al complesso degli stili di vita utili al mantenimento e al potenziamento della salute individuale.

Contenuti

A livello di contenuti il Dipartimento concorda su un'offerta formativa minima comune da garantire in tutte le classi indipendentemente dal tipo di indirizzo.

Classi del biennio: corsa nelle varie direzioni, esercizi preatletici generali e specifici, esercizi di base con e senza attrezzi (esercizi di mobilitazione e allungamento, esercizi di tonificazione, esercizi respiratori). Elementi di ginnastica aerobica e danze contemporanee. Elementi di preacrobatica (capovolte, tuffi, semplici volteggi). Elementi di atletica (impostazione della corsa, dei salti, dei lanci) Giochi tradizionali e presportivi. Pallavolo (palleggio, bagher, battuta di sicurezza, semplici schemi di gioco). Pallacanestro (palleggio, passaggio e tiro). Semplici esercizi e tecniche di rilassamento.

Classi del triennio: esercizi preatletici generali e specifici, esercizi di base con o senza attrezzi, stretching, ginnastica aerobica e danze contemporanee e tradizionali. Atletica (tecnica di corsa, di salto e di lancio). Pallavolo (schiacciata, muro, battuta a tennis, semplici schemi di squadra). Pallacanestro (tiro in sospensione, terzo tempo, semplici schemi di gioco). Pallamano (passaggio, tiro in porta, situazioni di gioco). Calciatto (controllo di palla, passaggio, tiro, e situazioni di gioco). Esercizi e tecniche di rilassamento.

Teoria: conoscenza delle principali tematiche riguardanti la sicurezza stradale e il primo soccorso. Conoscenza delle valenze educative del movimento e delle principali metodologie di lavoro corporeo (stretching, rilassamento, lavoro con sovraccarico, lavoro aerobico ecc.)

Verifica e valutazione: prove comuni

Al termine delle singole unità didattiche saranno eseguite delle verifiche per riscontrare il raggiungimento degli obiettivi prefissati.



Dipartimento di Educazione Fisica

Le verifiche potranno essere tests motori, prove cronometrate, prove individuali; la valutazione terrà conto oltre che delle verifiche della frequenza, dell'interesse dimostrato, della partecipazione attiva, del comportamento e dei miglioramenti conseguiti nel corso dell'anno.

Si stabiliscono pertanto le seguenti prove comuni:

Classi prime

capovolta avanti, preatletici specifici skip, corsa e ostacoli, lanci frontali e dorsali con palla medica, hully-gulli, pallavolo(palleggio, bagher e battuta di sicurezza), pallacanestro (palleggio e tiro da fermo), semplice combinazione di coordinazione generale con o senza musica.

Classi seconde

Combinazione di danza moderna, salti con utilizzo di pedana elastica, salto in alto stile italiano, partenza per la corsa veloce dalle varie posizioni, pallavolo (palleggio avanti e indietro, palleggio in movimento, bagher avanti, indietro e laterale, battuta di sicurezza di precisione), pallacanestro (vari tipi di passaggio, arresto e tiro).

Classi terze

Pallavolo (schiacciata e battuta dall'alto), pallacanestro (terzo tempo), atletica (salto in alto stile fosbury, lanci con palla medica a una mano), combinazione con la musica, pallamano (passaggio e tiro), percorso ginnastico riassuntivo.

Classi quarte

Pallavolo (muro e schemi di gioco),pallacanestro (difesa individuale e a zona), atletica (ostacoli), combinazione di aerobica, calcetto (passaggio e tiro), percorso ginnastico di abilità.

Classi quinte

Giochi sportivi(pallavolo e pallacanestro): capacità tecniche e tattiche. Percorso ginnastico di coordinazione, danze (libera composizione).

Iniziative di recupero e di sostegno

Da questo punto di vista la materia presenta una caratteristica del tutto particolare:permette l'inserimento nelle diverse attività anche ad alunni che per assenze o per scarse qualità motorie non hanno acquisito o non padroneggiano completamente un determinato gesto tecnico. La necessità di forme di recupero pertanto si pone più per motivi di stimolo ai ragazzi al superamento dei propri limiti che per il proseguimento dell'attività stessa. Appare pertanto possibile e auspicabile mettere in atto forme di recupero durante le attività curriculari dividendo la classe in gruppi di livello, soprattutto nel caso di gruppi-classe non troppo numerosi

Integrazione alunni portatori di handicap

Nel tentativo di inserimento e di recupero di un alunno portatore di handicap assume particolare importanza l'ambito dell'educazione motoria.

Questa però deve essere valorizzata più che nel suo aspetto tecnico, nel suo aspetto psicomotorio e nel suo significato socializzante

In questo senso offre all'alunno in difficoltà stimolazioni motorie, verbali, cognitive ed affettive preferendo situazioni concrete a forme astratte e puntando su riferimenti pratici che meglio possono



Liceo LAURA BASSI di Bologna
Linguistico, Scienze Umane, Economico-Sociale, Musicale LUCIO DALLA

Dipartimento di Educazione Fisica

essere vissuti e percepiti. Per poter attuare una programmazione efficace diventa fondamentale valutare attentamente quale aspetto dell'educazione motoria si debba valorizzare e quali obiettivi particolari privilegiare. Come linee generali di programmazione per i piani educativi personalizzati si possono indicare le seguenti: conoscenza del sé - conoscenza del sé in rapporto allo spazio e al tempo - coordinazione oculo-manuale - coordinazione oculo-podalica - acquisizione e affinamento della dominanza laterale - controllo posturale - miglioramento dell'equilibrio - acquisizione e affinamento degli schemi motori di base.