

Piano di lavoro a.s. **2023 / 2024** Programmazione annuale

Prof. **BASSO ELENA** classi: **3^A** materia: **SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE** ore settimanali: **2**

Libro di testo: IN MOVIMENTO – Bocchi Fiorini Coretti-( Marietti scuola ed.)

Data 25/10/2023

firma *Elena Basso*

Minimo verifiche previsto dal Dipartimento:

TRIMESTRE: , 2 pratiche – se necessario 1-2 teoriche

PENTAMESTRE: 2 pratiche o teoriche secondo necessità

IDEI: **1** in itinere

Obiettivi disciplinari: vedi scheda obiettivi disciplinari del dipartimento (sul sito)

Griglie di valutazione di dipartimento: vedi griglia di valutazione dipartimento (sul sito)

Referente di Dipartimento: prof.ssa Malinverni Franca

ARGOMENTI OBBLIGATORI DI DIPARTIMENTO	TRIMESTRE	PENTAMESTRE
Approfondimento, conoscenza e pratica delle capacità motorie condizionali e coordinative	Sì	Sì
Conoscenza della teoria e pratica delle tecniche e dei fondamentali individuali e di squadra dei giochi e degli sport.	Sì	Sì
Approfondimento della terminologia, del regolamento tecnico, del fair play anche in funzione dell'arbitraggio.	Sì	Sì
Conoscenza delle procedure per la sicurezza e per il primo soccorso.	Sì	Sì

**ARGOMENTI OPZIONALI INDICATI DAL DIPARTIMENTO NELLA CLASSE O NELLA SUCCESSIVA**

Bike: equilibrio e viabilità sostenibile

Eventuali adesioni ad attività proposte sul territorio

<b>ARGOMENTI SCELTI DAL SINGOLO DOCENTE</b>	<b>TRIMESTRE</b>	<b>PENTAMESTRE</b>
Distinzione tra le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica sportiva; posture corrette anche in presenza di carichi.	Sì	Sì
Incrementare le capacità coordinative e condizionali		
Conoscenza dei principi fondamentali della teoria e alcune metodiche di allenamento.	Sì	Sì
Trasferire e realizzare le tecniche adattandole alle capacità e alle situazioni anche proponendo varianti: attività propedeutiche ai giochi sportivi con la palla e con racchette.	Sì	Sì
Trasferire e realizzare strategie e tattiche nelle attività sportive di squadra	Sì	Sì
Ed. Civica: Regole e sport- opportunità o limitazione	Sì	Sì

<b>VERIFICHE delle CONOSCENZE e delle COMPETENZE DISCIPLINARI</b>	<b>n. verifiche TRIMESTRE</b>	<b>n. verifiche PENTAMESTRE</b>
Test condizionali	Secondo necessità	Secondo necessità
Esercitazione scritta, grafica	Secondo necessità	Secondo necessità
Esercitazione di laboratorio	2-3	2-4
Verifica di recupero (orale e/o scritta)	Secondo necessità	Secondo necessità
Risultati competizioni ( partecipazione meritevole)	1	1

<b>TIPOLOGIA LEZIONE SCELTA</b>	<b>TRIMESTRE</b>	<b>PENTAMESTRE</b>	<b>prevalentemente</b>	<b>saltuariamente</b>	<b>mai</b>
Lezione frontale	Sì	Sì	Sì	//	//
Discussione/esercitazione di gruppo	Sì	Sì	Sì	//	//
Attività laboratoriale	Sì	Sì	Sì	//	//
Uscite didattiche e visite guidate	//	//	//	Sì	//
Attività individualizzate	Secondo necessità	Secondo necessità	//	//	//

### LETTURE/VISIONI CONSIGLIATE ALLA CLASSE

Video su attività sportive specifiche su youtube

Approfondimenti dei temi trattati e presenti sul libro di testo e/o su appunti inviati dalla docente

<b>UTILIZZO LABORATORI/AULE ATTREZZATE</b>	<b>FREQUENTEMENTE</b>	<b>SALTUARIAMENTE</b>	<b>MAI</b>
Laboratorio Informatica			x
Laboratorio Lingue			x
Aula Video			x
Impianti Esterni	x		
Auditorium		x	
Laboratorio Chimica			x
Laboratorio Fisica			x
Biblioteca			x