

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

Prof. **BASSO ELENA** classi: **4^P** 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 - 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 della teoria di tattiche e strategie dei giochi e degli sport	Sì	Sì
Adattare le abilità tecniche alle situazioni richieste dagli sport e dai giochi in forma personale sperimentando i diversi ruoli	Sì	Sì
Approfondimento della terminologia, del regolamento tecnico, del fair play anche in funzione dell'arbitraggio	Sì	Sì
Assumere comportamenti per prevenire i principali infortuni	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**

Calcio: gioco per tutti  
 Baseball: fondamentali e regole  
 Zumba: potenziare le capacità motorie

} presso impianti via Servais-A.S,D,Time out

Eventuali adesioni ad attività proposte sul territorio

<b>ARGOMENTI SCELTI DAL SINGOLO DOCENTE</b>	<b>TRIMESTRE</b>	<b>PENTAMESTRE</b>
Riconoscere le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica sportiva; assumere posture corrette anche in presenza di carichi leggeri; autovalutazione.	Sì	Sì
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.	Sì	Sì
Ideare e realizzare sequenze ritmiche di movimento e rappresentazioni con finalità espressive rispettando spazi, tempi e compagni	Sì	Sì
Adattare le abilità tecniche alle situazioni richieste dai giochi e dagli sport in forma personale.	Sì	Sì
Partecipare in forma propositiva alla scelta e alla realizzazione di strategie e tattiche nelle attività sportive di squadra (pallavolo, pallacanestro, pallamano, badminton)	Sì	Sì
Assumere comportamenti attivi rispetto all'alimentazione, igiene e salvaguardia da sostanze illecite e dannose	Sì	Sì
Ed.Civica : Wellness-un connubio tra attività fisica, alimentazione e ritmo nictemerale	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

UTILIZZO LABORATORI/AULE ATTREZZATE	FREQUENTEMENTE	SALTUARIAMENTE	MAI
Laboratorio Informatica			X
Laboratorio Lingue			X
Aula Video			X
Impianti Esterni	X		
Auditorium		X	
Laboratorio Chimica			X
Laboratorio Fisica			X
Biblioteca			X