

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

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

Libro di testo: *“Attivi! Sport e sane abitudini”* – Chiesa- Fiorini - Montalbetti- Taini (DeA scuola/ Marietti scuola)

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
Schemi motori funzionali alle attività motorie sportive con l'utilizzo delle capacità coordinative e condizionali.	Sì	Sì
Il corpo e le sue funzionalità: posture, funzioni fisiologiche, capacità motorie, ritmi e tempi esecutivi	Sì	Sì
Pratica di attività motorie e sportive (con tempi, frequenza, carichi medio/bassi) per migliorare l'efficienza psico-fisica	Sì	Sì
Le abilità tecniche di alcuni giochi e sport individuali e di squadra.	Sì	Sì
Semplici tattiche e strategie dei giochi e degli sport praticati.	Sì	Sì
Terminologia, regolamenti tecnici, fair play anche in funzione dell'arbitraggio	Sì	Sì
I principi fondamentali per la sicurezza e per il primo soccorso.	Sì	Sì

ARGOMENTI OPZIONALI INDICATI DAL DIPARTIMENTO DA SVOLGERSI NELLA CLASSE O NELLA SUCCESSIVA	
Canottaggio: remoergometro indoor e uscita sul Po	
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	

ARGOMENTI SCELTI DAL SINGOLO DOCENTE	TRIMESTRE	PENTAMESTRE
Percezione e riproduzione di ritmi interni ed esterni attraverso il movimento.	Sì	Sì
Elaborazione di risposte motorie efficaci riconoscendo le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica sportiva; assunzione di posture corrette.	Sì	Sì
L'aspetto educativo, la struttura, l'evoluzione dei giochi e degli sport nella cultura: hitball, pallavolo, pallacanestro, pallamano, calcetto,	Sì	Sì
Atletica leggera: attività all'aperto di corsa di mezzofondo veloce, resistenza e velocità; getto del peso/ palla medica kg3; propedeutica ai salti in lungo e in alto	Sì	Sì
Esercizi a coppie alle spalliere e a corpo libero	Sì	Sì
Ed.civica: - Regole nello sport e non solo: limiti e/o risorse	Sì	Sì

VERIFICHE delle CONOSCENZE e delle COMPETENZE DISCIPLINARI	n. verifiche TRIMESTRE	n. verifiche PENTAMESTRE
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

TIPOLOGIA LEZIONE SCELTA	TRIMESTRE	PENTAMESTRE	prevalentemente	saltuariamente	mai
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, 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