

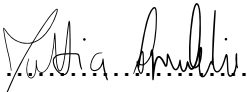
Piano di lavoro a.s. 2023/24

Programmazione annuale

Prof **Mattia Rinaldi** classe **4M** materia **Scienze Motorie** ore settimanali **2**

Libro di testo: "Attivi"- Sport e sane abitudini. E. Chiesa, D.Taini, L.Montalbetti, A. Fiorini. Marietti Scuola

Data 04-11-2023

firma..........

Minimo verifiche previsto dal Dipartimento:

- TRIMESTRE: 2 pratiche, 1 teorica
- PENTAMESTRE: 3 pratiche, 1 teorica

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. Franca Malinverni

| 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, ecc.                             | Sì        | Sì          |
| Pratica di attività motorie e sportive (con tempi, frequenza, carichi...) per migliorare l'efficienza psico-fisica | Sì        | Sì          |

|  |    |    |
|--|----|----|
| Le abilità tecniche di alcuni giochi e sport individuali e di squadra. | Si | Si |
| Semplici tattiche e strategie dei giochi e degli sport praticati.      | Si | Si |
| I principi fondamentali per la sicurezza e per il primo soccorso.      | No | Si |

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

Eventuali laboratori esterni proposti sul territorio.

| <b>ARGOMENTI SCELTI DAL SINGOLO DOCENTE</b>  | <b>TRIMESTRE</b> | <b>PENTAMESTRE</b> |
|--|------------------|--------------------|
| Percepire e riprodurre ritmi interni ed esterni attraverso il movimento.   | No               | Si                 |
| Elaborare risposte motorie efficaci riconoscendo le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica sportiva, assumere posture corrette.                                     | Si               | Si                 |
| Distinzione tra le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica sportiva; posture corrette anche in presenza di carichi; autovalutazione con l'utilizzo delle tecnologie. | No               | Si                 |
| Conoscenza dei principi fondamentali della teoria e alcune metodiche di allenamento; saper utilizzare le tecnologie.   | No               | Si                 |
| Trasferire e realizzare le tecniche adattandole alle capacità e alle situazioni anche proponendo varianti.   | Si               | Si                 |

| <b>VERIFICHE delle CONOSCENZE e delle COMPETENZE DISCIPLINARI</b>   | <b>n. verifiche TRIMESTRE</b> | <b>n. verifiche PENTAMESTRE</b> |
|---|-------------------------------|---------------------------------|
| Test ingresso (settembre)   | Sì                            | No                              |
| Simulazione di 1 <sup>a</sup> prova o 2 <sup>a</sup> prova (maggio) | No                            | No                              |
| Simulazione 3 <sup>a</sup> prova                                    | No                            | No                              |
| Esercitazione scritta, grafica                                      | Sì                            | Sì                              |
| Analisi testuale  | No                            | No                              |
| Saggio breve  | No                            | No                              |
| Tema storico/attualità  | No                            | No                              |
| Esercitazione di laboratorio  | No                            | No                              |
| Verifica di recupero (orale e/o scritta)                            | Se necessario                 | Se necessario                   |
| Altro da specificare  |                               |                                 |

| <b>TIPOLOGIA LEZIONE SCELTA</b>     | <b>TRIMESTRE</b> | <b>PENTAMESTRE</b> | <b>prevalentemente</b> | <b>saltuariamente</b> | <b>mai</b> |
|-------------------------------------|------------------|--------------------|------------------------|-----------------------|------------|
| Lezione frontale                    | Sì               | Sì                 |                        |                       |            |
| Discussione/esercitazione di gruppo | Sì               | Sì                 |                        |                       |            |
| Attività laboratoriale              | No               | Sì                 |                        |                       |            |
| Uscite didattiche e visite guidate  | No               | Sì                 |                        |                       |            |
| Attività individualizzate           | Sì               | Sì                 |                        |                       |            |
| Altro (.....)                       |                  |                    |                        |                       |            |

**LETTURE CONSIGLIATE ALLA CLASSE**

Visione di video su YouTube di determinate tecniche sportive o discipline sportive.

Approfondimento di temi teorici trattati a lezione.

| <b>UTILIZZO LABORATORI/AULE<br/>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          |
| Aula Lim                                       |                       | X                     |            |
| Laboratorio Chimica                            |                       |                       | X          |
| Laboratorio Fisica                             |                       |                       | X          |
| Biblioteca                                     |                       |                       | X          |