

Piano di lavoro a.s. 2023/24

Programmazione annuale

Prof **Mattia Rinaldi** classe **3T** 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 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