



**LICEO SCIENTIFICO STATALE
FEDERIGO ENRIQUES**

Sede: Via della Bassata 19/21 57126 Livorno Tel. 0586813631

C.F.: 80005300498 - C. M.: LIPS010002 - CUU: UF1WO7

PEO: lips010002@istruzione.it PEC: lips010002@pec.istruzione.it Sito: <https://www.liceoenriques.edu.it>



**PIANO DI LAVORO SVOLTO
A.S. 2022-2023**

CL./SEZ.	DOCENTE	MATERIA	ORE SVOLTE NELL'A.S.
3C	ENRICO RINALDI	Scienze Motorie e sportive	60

CONTENUTI

NUCLEO TEMATICO	OBIETTIVI in termini di CONOSCENZE <i>con l'asterisco sono contrassegnati gli Obiettivi Minimi</i>	PERIODI o TEMPI DI ATTUAZIONE
Capacità coordinative e condizionali (parte pratica)	Lo studente deve conoscere quali attività fanno entrare in funzione un meccanismo energetico anziché un altro. Quali esercizi possono sviluppare e/o mantenere certe capacità e abilità e destrezze	Durante tutto l'arco dell'anno scolastico
I principali sport di squadra ed individuali	Conoscere il regolamento ed applicare le principali tecniche di base	Tutto l'arco dell'anno
Organizzazione di tornei: individuali e di squadra	Organizzazione di tornei a girone unico e all'italiana	Tutto l'arco dell'anno
Attivazione e mobilizzazione articolare e stretching	Lo studente deve sapere quando poter utilizzare lo stretching oppure attivazione e mobilizzazione articolare	Tutto l'arco dell'anno
Giochi storici e di tradizione: palla avvelenata, le staffette, ruba bandiera i circuiti, "roverino"	Conoscere le differenze tra i giochi di tradizione e gli sport	4 ore



LICEO SCIENTIFICO STATALE FEDERIGO ENRIQUES



Sede: Via della Bassata 19/21 57126 Livorno Tel. 0586813631

C.F.: 80005300498 - C. M.: LIPS010002 - CUU: UF1WO7

PEO: lips010002@istruzione.it PEC: lips010002@pec.istruzione.it Sito: <https://www.liceoenriques.edu.it>

Per quanto attiene alle abilità e competenze si rimanda a quanto esplicitato nelle programmazioni dipartimentali pubblicate sul sito istituzionale.

SPAZI - PROGETTI DIDATTICI E ATTIVITÀ DI LABORATORIO CURRICOLARI

PROGETTI EXTRACURRICOLARI

	<input type="checkbox"/> tutti	<input type="checkbox"/> una parte
	<input type="checkbox"/> tutti	<input type="checkbox"/> una parte
	<input type="checkbox"/> tutti	<input type="checkbox"/> una parte

VERIFICA E VALUTAZIONE

Sono state 1 verifiche orali (e 2 pratiche) nel I periodo didattico, e 0 verifiche scritte e 1 verifiche orale, (e 2 pratiche) nel II periodo didattico.

Le verifiche sono consistite in prove pratiche, arbitraggio, organizzazione di tornei ed organizzazione di sedute di attivazione e mobilitazione articolare e stretching



**LICEO SCIENTIFICO STATALE
FEDERIGO ENRIQUES**



Sede: Via della Bassata 19/21 57126 Livorno Tel. 0586813631

C.F.: 80005300498 - C. M.: LIPS010002 - CUU: UF1WO7

PEO: lips010002@istruzione.it PEC: lips010002@pec.istruzione.it Sito: <https://www.liceoenriques.edu.it>

Livorno, 14/06/2023

Il/La docente

Enrico Rinaldi