

PIANO DI LAVORO SVOLTO A.S. 2023-2024

CL./SEZ.	DOCENTE	MATERIA	ORE SVOLTE NELL'A.S.
4F	Isolani Monica	Scienze motorie e sportive	89

CONTENUTI		
NUCLEO TEMATICO	OBIETTIVI in termini di CONOSCENZE con l'asterisco sono contrassegnati gli Obiettivi Minimi	PERIODI o TEMPI DI ATTUAZIONE
Cinesiologia (muscoli e movimento)	Anatomia dell'apparato locomotore, cinesiologia del tronco dell'addome, del collo, degli arti superiori ed inferiori, catene cinetiche.	Ottobre Novembre Dicembre
L'allenamento sportivo, i principi e le metodologie	Conoscere le caratteristiche, i parametri, i contenuti, i mezzi e metodi dell'allenamento sportivo. Saper elaborare programmi di lavoro che vadano a stimolare in maniera efficace le capacità coordinative e condizionali.	Gennaio Febbraio Marzo
L'evoluzione dell'attività motoria e sportiva partendo dall'antica Grecia, Sparta, Roma; dal Medioevo all'Umanesimo. La rivoluzione francese e la palla corda. L'istituzione dell'obbligo della ginnastica dei corpi militari del regno Sabauda.	Saper cogliere i fondamenti nelle varie correnti di pensiero e conoscere le varie attività e i vari indirizzi che si sono formati nel tempo storico affrontato	Aprile Maggio

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
Incontri formativi con esperti

PROGETTI EXTRACURRICOLARI	Alunni partecipanti	
Campionati studenteschi	<input type="checkbox"/> tutti	X 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 svolte 3 verifiche scritte e 4 verifiche pratiche nel I periodo didattico, e 3 verifiche scritte e 3 pratiche nel II periodo didattico.

Le verifiche sono consistite in Test a risposte multiple e test a risposte aperte. Assegnazione di lavori individuali. Osservazione e registrazione degli interventi. Colloqui, analisi e interpretazione del testo

Livorno, 15 Giugno 2024

La docente Monica Isolani