

PIANO DI LAVORO SVOLTO

A.S. 2023-2024

CL./SEZ.	DOCENTE	MATERIA	ORE SVOLTE NELL'A.S.
3N	RAPPELLI MICHELA	Scienze motorie e sportive	49

CONTENUTI		
NUCLEO TEMATICO	OBIETTIVI in termini di CONOSCENZE con l'asterisco sono contrassegnati gli Obiettivi Minimi	PERIODI o TEMPI DI ATTUAZIONE
Movimento	Consolidamento e sviluppo delle conoscenze e delle abilità degli studenti per migliorare la formazione motoria e sportiva, lavorando per favorire anche il senso critico e creativo. Esecuzione di esercizi a carico naturale Esercizi a corpo libero con piccoli attrezzi Esecuzione di percorsi (*) Esercizi di flessibilità muscolare e mobilità articolare Andature di preatletica (*)	Tutto l'anno
Il linguaggio del corpo	Conoscere diversi linguaggi non verbali (comunicazione corporea) ritmo interno ed esterno, personalizzazione del ritmo e gesto motorio con valore comunicativo. (*)Decodificare i gesti dei compagni in situazione di gioco e sport. Decodificare i gesti arbitrali. Usare il linguaggio del corpo utilizzando vari codici espressivi.	Tutto l'anno
Lo sport le regole e il fair play	Acquisizione e assunzione di ruoli diversi: tutor, allenatore, arbitro e capitano della squadra, figure specifiche. Assumere ruoli diversi nelle varie esperienze sportive Conoscenze specifiche per rivestire diversi ruoli. Potenziare la tecnica dei giochi e degli sport individuali e di squadra: atletica leggera, badminton, tennis tavolo, calcio a5, pallacanestro, pallavolo: (*) Relazionarsi con il gruppo rispettando le capacità del singolo. Conoscere il valore etico dell'attività sportiva: valore del confronto e della sana competizione.	Tutto l'anno
Salute e benessere	Conoscere i principi fondamentali per la sicurezza personale, dell'altro e dell'ambiente; conoscere le principali norme di primo soccorso; cenni per corretti e sani stili di vita. (*)	Tutto l'anno

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

Aula, palestra dell'Istituto e impianto della Bastia, campo sportivo esterno.

PROGETTI EXTRACURRICOLARI	Alunni partecipanti	
CSS Centro Sportivo Scolastico	<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 verifiche svolte 3 verifiche pratiche nel I periodo didattico, e 5 verifiche pratiche nel II periodo didattico.

Le verifiche sono divise in test motori strutturati e osservazioni sistematiche al fine di valutare il processo di apprendimento di competenze trasversali(partecipazione, impegno, capacità relazionali, comportamento e rispetto delle regole).

Livorno, 17 Giugno 2024.

La docente
Michela Rappelli