



**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.
3B	RAPPELLI MICHELA	Scienze motorie	56

CONTENUTI

NUCLEO TEMATICO	OBIETTIVI in termini di CONOSCENZE <i>con l'asterisco sono contrassegnati gli Obiettivi Minimi</i>	PERIODI o TEMPI DI ATTUAZIONE
Movimento (muscoli e 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) distinguendo tra movimento biomeccanico ed espressivo, ritmo interno ed esterno, personalizzazione del gesto con valore comunicativo Esecuzione di esercizi spazio/ temporali in forma individuali e a coppie e a piccoli gruppi, a corpo libero e con l'ausilio di piccoli attrezzi.	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 a 5, pallacanestro, pallavolo Giochi non codificati	Tutto l'anno



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>



CONTENUTI

NUCLEO TEMATICO	OBIETTIVI in termini di CONOSCENZE <i>con l'asterisco sono contrassegnati gli Obiettivi Minimi</i>	PERIODI o TEMPI DI ATTUAZIONE
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 e spazi esterni all'Istituto, struttura sportiva della Bastia.

PROGETTI EXTRACURRICOLARI	Alunni partecipanti		
Tutto l'anno scolastico			
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



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>

VERIFICA E VALUTAZIONE

Sono state svolte 4 verifiche pratiche nel I periodo didattico, e 5 verifiche pratiche nel II periodo didattico.

Le verifiche sono consistite in:

Test motori. Durante tutta l'attività didattica la classe è stata valutata attraverso osservazioni sistematiche al fine di valutare i miglioramenti motori e il processo di apprendimento delle competenze trasversali (partecipazione, impegno, capacità relazionali, comportamento e rispetto delle regole).

Livorno, 26 giugno 2023

La docente
Michela Rappelli