



**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](mailto:lips010002@istruzione.it) PEC: [lips010002@pec.istruzione.it](mailto:lips010002@pec.istruzione.it) Sito: <https://www.liceoenriques.edu.it>



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

| CL./SEZ. | DOCENTE           | MATERIA             | ORE SVOLTE<br>NELL'A.S. |
|----------|-------------------|---------------------|-------------------------|
| 4F       | CELLAI ANNA MARIA | DISCIPLINE SPORTIVE | 57                      |

**CONTENUTI**

| NUCLEO<br>TEMATICO | OBIETTIVI in termini di CONOSCENZE<br><i>con l'asterisco sono contrassegnati gli Obiettivi Minimi</i> | PERIODI o<br>TEMPI DI<br>ATTUAZIONE |
|--------------------|---|-------------------------------------|
| Salvamento         | Conoscere le tecniche di salvamento: le prese e gli ausili dedicati                                   | 10                                  |
| Pallavolo          | Conoscere la tecnica e i principali fondamentali di attacco e di difesa                               | 12                                  |
| Progetto Petz      | Conoscere la dipendenza al gioco.   | 11                                  |
| Pesistica          | Conoscere le tecniche di stacco strappo, slancio.   | 12                                  |
| Nuoto              | Conoscere le tecniche natatorie con partenze e virate. La nuotata subacquea                           | 12                                  |
|                    |   |                                     |
|                    |   |                                     |

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

**VERIFICA E VALUTAZIONE**

Sono state svolte verifiche scritte 2 e verifiche pratiche 2 nel I periodo didattico, e ..... verifiche scritte 2 verifiche pratiche 2 nel II periodo didattico.

Le verifiche sono consistite in

Test strutturati

Prove semistrutturate

Li 23/06/23

Anna Maria Cellai