

PIANO DI LAVORO SVOLTO A.S. 2023-2024

CL./SEZ.	DOCENTE	MATERIA	ORE SVOLTE NELL'A.S.
1F	Claudia della Torre	Discipline sportive	86

CONTENUTI		
NUCLEO TEMATICO	OBIETTIVI in termini di CONOSCENZE con l'asterisco sono contrassegnati gli Obiettivi Minimi	PERIODI o TEMPI DI ATTUAZIONE
Atletica leggera	Conoscere la tecnica delle specialità della corsa in forma teorica e pratica. Le gare di corsa in atletica leggera (*)	ottobre/ dicembre
Nuoto	Conoscere la tecnica delle diverse specialità natatorie in forma teorica (*) e pratica.	novembre/ gennaio
Alimentazione	Conoscere le regole di una buona alimentazione, i principi nutritivi, la piramide alimentare (*). IMC, fabbisogno calorico, alimentazione giornaliera del praticante sportivo. Conoscere i meccanismi energetici e la classificazione degli sport.	marzo
Orienteering	Conoscere le tecniche della disciplina (*) e le conoscenze per orientarsi in forma teorica e pratica	gennaio/ febbraio Giugno: esercitazione
Triathlon	Conoscere la tecnica delle specialità della corsa, natatorie e ciclistiche in forma teorica(*) e pratica.	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
Aula, palestra dell'Istituto e impianto sportivo "Bastia" (palestra e piscina), campo sportivo esterno , campo sportivo dell'Accademia Navale, Terrazza Mascagni, aula Magna

PROGETTI EXTRACURRICOLARI	Alunni partecipanti	
CSS	<input type="checkbox"/> tutti	<input checked="" type="checkbox"/> X una parte

VERIFICA E VALUTAZIONE

Sono state svolte 2 verifiche pratiche e 2 verifiche scritte nel I periodo didattico e 2 verifiche pratiche, 1 verifica scritta e 1 verifica orale nel II periodo didattico.

Le verifiche si sono divise tra test strutturati ed osservazioni, la classe è stata giudicata attraverso osservazioni sistematiche al fine di valutare il processo di apprendimento di competenze trasversali (partecipazione, impegno, interesse, capacità relazionali e rispetto delle regole)

Livorno, 17/06/2024

La docente
Claudia della Torre