

## PIANO DI LAVORO SVOLTO

### A.S. 2023-2024

CL./SEZ.	DOCENTE	MATERIA	ORE SVOLTE NELL'A.S.
1D	Claudia della Torre	Scienze motorie	55

CONTENUTI		
NUCLEO TEMATICO	OBIETTIVI in termini di CONOSCENZE con l'asterisco sono contrassegnati gli Obiettivi Minimi	PERIODI o TEMPI DI ATTUAZIONE
La percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive	<p>Conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità: posture, funzioni fisiologiche nelle varie attività motorie, capacità motorie (*).</p> <p>Utilizzare efficacemente e trasferire le abilità motorie per la realizzazione dei gesti tecnico- sportivi.</p> <p>Consolidare le capacità coordinative e migliorare le capacità condizionali.</p> <p>Utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali</p>	Intero anno scolastico
Linguaggio del corpo	<p>Conoscere diversi linguaggi non verbali (comunicazione corporea), ritmo interno ed esterno, personalizzazione del ritmo e del gesto motorio (*). Elaborare ed eseguire sequenze di movimenti anche complessi con variazioni di ritmo.</p> <p>Decodificare i gesti dei compagni in situazioni di gioco e sport.</p> <p>Decodificare i gesti arbitrali.</p> <p>Usare il linguaggio del corpo utilizzando vari codici espressivi.</p>	Intero anno scolastico
Lo sport, le regole e il fair play	<p>Conoscere la tecnica dei giochi e degli sport individuali e di squadra (*).</p> <p>Conoscere la terminologia e il regolamento tecnico dei vari sport anche in funzione dell'arbitraggio. Relazionarsi con il gruppo rispettando le diverse capacità del singolo.</p> <p>Conoscere il valore etico dell'attività sportiva: valore del confronto e della competizione(*).</p>	Intero anno scolastico
Salute e benessere, sicurezza e prevenzione	<p>Conoscere i principi fondamentali per la sicurezza personale, dell'altro e dell'ambiente, cenni di primo soccorso, principali norme per corretti e sani stili di vita (*)</p> <p>Conoscere tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare. Utilizzare in modo responsabile spazi e attrezzature della palestra per salvaguardare la propria e l'altrui sicurezza.</p> <p>Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</p>	Intero anno scolastico

CONTENUTI		
NUCLEO TEMATICO	OBIETTIVI in termini di CONOSCENZE con l'asterisco sono contrassegnati gli Obiettivi Minimi	PERIODI o TEMPI DI ATTUAZIONE
Relazione con l'ambiente naturale	Conoscere le corrette pratiche motorie e sportive in ambiente naturale (pratica di attività nel giardino della scuola)	Intero anno scolastico
Educazione civica	Valori morali ed etici dello sport e nella vita: l'importante è partecipare: incontrarsi, confrontarsi e impegnarsi per un continuo miglioramento. Rispetto della dignità personale e dell'etica sportiva. Le regole del gioco e della legalità: il fair play (*) Rispetto dell'ambiente.	Pentamestre

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", campo sportivo esterno

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

## VERIFICA E VALUTAZIONE

Sono state svolte 4 verifiche pratiche nel I periodo didattico e 5 verifiche pratiche nel II periodo didattico. Le verifiche si sono divise tra test motori strutturati e 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