



PIANO DI LAVORO SVOLTO

Documento – MR-28
Livello rev. 09
Data rev. 25/05/2023

ANNO SCOLASTICO 22/23

Docente:	FORNARI LAURA		
Disciplina:	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE		
Classe: 1	Sez. P		
<input type="checkbox"/> AFM <input type="checkbox"/> SIA <input type="checkbox"/> RIM <input type="checkbox"/> CAT	<input type="checkbox"/> LS <input type="checkbox"/> LSSA	<input checked="" type="checkbox"/> IPSMT <input type="checkbox"/> IPSSS <input type="checkbox"/> IeFP	

PIANO DI LAVORO SVOLTO

LIBRI DI TESTO UTILIZZATI



PIANO DI LAVORO SVOLTO

Documento – MR-28
Livello rev. 09
Data rev. 25/05/2023

ARGOMENTI SVOLTI	AUTORI – TESTI – DOCUMENTI – COMPITI DI REALTA’ AFFRONTATI	METODOLOGIE (anche laboratoriali) – STRUMENTI UTILIZZATI RISORSE DIGITALI	COMPETENZE VALUTATE** (solo per classi IPS)	*
Trekking alla Croce di Provaglio; camminata nelle Torbiere del Sebino		METODOLOGIE <ul style="list-style-type: none"> • esercitazioni guidate dall’insegnante • lezione frontale dialogata • didattica esperienziale • relazioni di sintesi da parte dei singoli allievi • lavori in piccolo gruppo • condivisione di materiale didattico sul canale Scienze Motorie della classe su Microsoft Teams STRUMENTI e RISORSE DIGITALI <ul style="list-style-type: none"> • Fotocopie e materiale iconico • Dispense digitali e slides • Video • LIM • Microsoft Teams (chat, canale Scienze Motorie nel Team di classe) • Registro elettronico (Agenda, Valutazioni, Annotazioni) 	G1	
Regole di comportamento in palestra; materiale necessario per la lezione di Scienze Motorie			G1	
Il riscaldamento: allungamento muscolare e mobilità articolare, andature preatletiche e coordinative			G2-G9	
Test motori (salto in lungo da fermo, lancio della palla medica da 2 kg da seduti, test navetta 4x10 m; 1000 m)			G2-G9	
Pallacanestro: posizione fondamentale, tecnica dei fondamentali individuali con la palla (palleggio, passaggio, tiro), difesa a uomo, regole base del gioco, partite			G1-G9	
Attività coordinative con piccoli attrezzi (salti con la funicella)			G9	
Ginnastica artistica: preacrobatica (capovolte avanti e indietro, verticale a tre appoggi)			G1-2-9	
Tchoukball: regole base, principio dello specchio, gioco 5c5			G1-2-9	
Unihockey: campo, attrezzatura, regole fondamentali, esercitazioni per passaggio, tiro e conduzione della palla, gioco 5c5			G1-2-9	
Pallavolo: partite 3c3 e 4c4 in campetti ridotti			G1-2-9	
Badminton: campo, regole, servizio, colpi			G1-2-9	



PIANO DI LAVORO SVOLTO

Documento – MR-28
Livello rev. 09
Data rev. 25/05/2023

principali, partite in singolo e in doppio, arbitraggio				
Atletica leggera: corse veloci (100 m, staffette 4x100 m), salto in alto, salto in lungo, getto del peso			G1-2-9	
Le paralimpiadi e gli sport paralimpici			G2	
Terminologia specifica della disciplina (assi e piani di movimento, attitudini, atteggiamenti, posizioni e movimenti fondamentali del corpo)			G2	

* Indicare con una “X” gli argomenti trattati in compresenza tra docenti curricolari e ITP in IP – IT

** Esempio: competenza G.9 (*per indicare la competenza 9 dell'Area Generale*); competenza I.6 (*per indicare la competenza 6 dell'Area di Indirizzo*)

EVENTUALI APPROFONDIMENTI COERENTI CON PIANO DI LAVORO SVOLTO

--

Firma del Docente

Laura Fornari