

PIANO DI LAVORO E DELL'ATTIVITÀ DIDATTICA
Anno scolastico 2020 / 2021

Classe 4BL

Liceo scientifico
Indirizzo **SCIENZE APPLICATE**
Materia **SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

Docente

GABRIELLA FRACCHIA



Alessandria, 17 Ottobre 2020

FINALITÀ DEL CORSO

OBIETTIVI TRASVERSALI E STRATEGIE DA METTERE IN ATTO PER IL LORO CONSEGUIMENTO

- Capacità di comprensione e uso del linguaggio specifico
- Capacità di organizzare il lavoro in modo autonomo
- Capacità di autovalutare il processo di apprendimento
- Capacità di socializzare e di interagire con gli altri
- Consolidamento del carattere e del senso civico
- Capacità di rielaborazione dei temi interdisciplinari con l'uso corretto del linguaggio specifico

ORGANIZZAZIONE TEMPORALE DELLE LEZIONI

Classe	Ore / settimana	Monte ore annuale	Monte minuti annuali	Moduli orari / settimana	Totale moduli annuali	Monte minuti annuali (moduli)	Attività PCTO nell'orario curricolare (minuti)
	2	66	3300	1 laboratorio di 2 ore	66	3300	

PCTO

Stabiliti con il Consiglio di Classe

PERCORSO FORMATIVO E DIDATTICO

Modulo n.: 0		ACCOGLIENZA ED ORIENTAMENTO		
Obiettivi: comprensione e rispetto delle regole, coscienza delle proprie risorse e dei propri limiti, conoscenza delle proprie capacità motorie, condizionali e coordinative, regolamento scolastico e della palestra				
Contenuto: miglioramento della funzione cardio-respiratoria, rafforzamento muscolare, consolidamento del ritmo, equilibrio e spazio-temporale (individuale e di squadra)				
Metodi: Deduttivo: lezione frontale		Induttivo: libera esplorazione		Misto
Mezzi: esercizi individuali e di gruppo, in strutture anche all'aperto				
Tempi:	ore lezione teoria:	ore esercitazioni:	ore lezione totali:	settimane:
		12	12	6
Valutazione	Griglia di osservazione comportamentale e motoria; test d'ingresso			

Modulo n.: 1		RILEVAMENTO CAPACITÀ MOTORIE DI BASE		
Obiettivi: Sviluppo e potenziamento fisiologico (forza, velocità, mobilità articolare) e capacità coordinative (generali e speciali). Introduzione del gesto sportivo individuale e di gruppo				
Contenuto: potenziamento fisiologico, condizionale (forza, velocità, mobilità articolare, resistenza) consolidamento dell'equilibrio, ritmo, destrezza . Attività sportiva individuale e di squadra				
Metodi: Deduttivo: lezione frontale		Induttivo: libera esplorazione		Misto
Mezzi: esercizi individuali e di gruppo, utilizzo di piccoli e grandi attrezzi. Teoria con libri e appunti per gli esonerati				
Tempi:	ore lezione teoria:	ore esercitazioni:	ore lezione totali:	settimane:
	0	20	20	10
Valutazione	Griglia di valutazione: test attitudinali. Per gli esonerati prove scritte e teoriche			

Allegato 3: VALUTAZIONE

Criteri comuni per la corrispondenza tra voti e livelli di conoscenze ed abilità

Modalità di verifica: da definire se la classe frequenta in presenza o in DDI

Allegato 4. SCALE DI MISURAZIONE

Si fa riferimento al documento emesso il 01 ottobre 2020 in cui è inclusa la Didattica Digitale Integrata delibera del collegio docenti