



MACROTEMATICH E	OBIETTIVI	METODOLOGIE INSEGNAMENTO	STR UM ENT I DI LAV ORO	SPAZI	TEMPI (ORE)	STRUMENTI DI VERIFICA
Consolidamento degli schemi motori	Migliorament o capacità condizionali (forza, resistenza, velocità, mobilità articolare) e coordinative.	Lezione frontale	Picco li attrez zi	Palestra	6	Prove pratiche
		Lavoro in gruppo			8	Test fisici specifici
		Esercitazioni			4	
Acquisizioni tecniche individuali e di squadra pallavolo, calcio a 5, basket, badminton, orienteering	Conoscenza delle regole e padronanza dei fondamentali	Lezione frontale	Libro di testo	Palestra	6	Verifiche scritte
		Lavoro in gruppo	Audi ovisi vi	Palestra	3	Prove pratiche
	Conoscenza	Esercitazioni	Palle e		4	Test fisici specifici



	dei principali metodi di gioco		attrez- zi			
			speci- fici		3	Test fisici specifici
			Fotoc- opie			
Il corpo umano	Sistema cardiocircolat- orio, sistema muscolare e modificazion- i con l'allenamento	Lezione frontale	Libro di testo	Aula	8	Verifiche scritte e orali
			Audi- ovisi- vi		2	
			Inter- net		2	
Educazione alimentare	I principi nutritivi Alimentazion- e dello sportivo La supplementaz	Lezione frontale	Libro di testo Audi- ovisi- vi Inter	Aula	2	Verifiche orali



Pistoia

Istituto Professionale di Stato per i Servizi Commerciali e Socio-Sanitari



Istituto certificato per la Qualità  
ISO/UNI EN ISO 9001:2015 Cert. n. IT04/1286 - Progettazione ed  
erogazione di servizi di formazione e di orientamento - Settore EA:37

Agenzia Formativa accreditata da Regione  
Toscana con codice di accreditamento n. IS0086

	ione		net			
Fair Play		Lezione frontale	Libro di testo Audi ovisi vi Inter net	Aula	14	Verifiche orali

Pistoia, 03/05/2024

Firma

Lazzari Alberto