



Materia e Classe SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE - 5BC Docente Prof. Simone Anticaglia A.S.2023/2024

MACROTEMATICHE	OBIETTIVI	METODOLOGIE INSEGNAMENTO	STRUMENTI DI LAVORO	SPAZI	TEMPI (ORE)	STRUMENTI DI VERIFICA
Consolidamento degli schemi motori	Miglioramento capacità condizionali (forza, resistenza, velocità, mobilità articolare) e coordinative.	Lezione frontale	Piccoli attrezzi	Palestra	8	Test pratico-motori
		Lavoro in gruppo			8	Test fisici specifici
		Esercitazioni e dimostrazione diretta			6	
Acquisizioni tecniche individuali e di squadra pallavolo, calcio a 5, basket, badminton, pallamano	Conoscenza delle regole e padronanza dei fondamentali	Lezione frontale	Libro di testo	Palestra	6	Verifiche scritte
		Lavoro in gruppo	Supporti audiovisivi	Palestra	4	Prove pratiche
	Conoscenza dei principali metodi di gioco	Esercitazioni e dimostrazione diretta	Piccoli e grandi attrezzi		6	Test fisici specifici
			Supporti audiovisivi		4	



Materia e Classe SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE - 5BC Docente Prof. Simone Anticaglia A.S.2023/2024

Il corpo umano	Apparato scheletrico, cardiocircolatorio e respiratorio. Sistema muscolare e modificazioni con l'allenamento.	Lezione frontale	Libro di testo	Aula	8	Verifiche scritte e orali
			Supporti digitali e audiovisivi		3	
FairPlay	Riflessione critica applicazione nel contesto di vita.	Lezione frontale	Libro di testo	Aula	12	Verifiche orali
La storia degli sport: le Olimpiadi Antiche e le Olimpiadi Moderne	Conoscere le radici storiche delle discipline sportive	Lezione frontale	Libro di testo	Aula	4	Valutazione formativa
			Supporti digitali e audiovisivi			

Pistoia, 02/05/2024

Prof. Simone Anticaglia