

| <b>MACROTEMATICHE</b>   | <b>OBIETTIVI</b>  | <b>METODOLOGIE INSEGNAMENTO</b>       | <b>STRUMENTI DI LAVORO</b>      | <b>SPAZI</b> | <b>TEMPI (ORE)</b> | <b>STRUMENTI DI VERIFICA</b> |
|---|---|---------------------------------------|---------------------------------|--------------|--------------------|------------------------------|
| 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                      |                                 |              | 6                  | Test fisici specifici        |
|   |   | Esercitazioni e dimostrazione diretta |                                 |              | 4                  |                              |
| Acquisizioni tecniche individuali e di squadra pallavolo, calcio a 5, basket, badminton, tennis/padel | Conoscenza delle regole e padronanza dei fondamentali   | Lezione frontale                      | Libro di testo                  | Palestra     | 4                  | 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            |              | 2                  |                              |
| Il corpo umano  | Sistema scheletrico, apparati 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 |              | 2                  |                              |
| Fair Play   | Riflessione critica e applicazioni nel contesto di vita.  | Lezione frontale                      | Libro di testo                  | Aula         | 12                 | Verifiche orali              |

|   |  |                  |   |      |   |                       |
|---|--|------------------|---|------|---|-----------------------|
| La storia dello sport: le Olimpiadi Antiche e Moderne | Conoscere le radici storiche delle discipline sportive | Lezione frontale | Libro di testo<br>Supporti digitali e audiovisivi | Aula | 4 | Valutazione formativa |
|---|--|------------------|---|------|---|-----------------------|