

| 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 | | | 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 Supporti digitali e audiovisivi | Aula | 4 | Valutazione formativa |
|---|--|------------------|---|------|---|-----------------------|