



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	Prove pratiche
		Lavoro in gruppo			10	Test fisici specifici
		Esercitazioni			6	
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	9	Verifiche scritte
		Lavoro in gruppo	Audiovisivi	Palestra	3	Prove pratiche
	Conoscenza dei principali metodi di gioco	Esercitazioni	Palle e attrezzi		9	Test fisici specifici
			specifici		3	Test fisici specifici
			Fotocopie			



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

Il corpo umano	Apparato osseo, articolare e cardiocircolatorio, sistema muscolare e modificazioni con l'allenamento.	Lezione frontale	Libro di testo	Aula, DDI	12	Verifiche scritte e orali
			Audiovisivi		2	
			Internet		2	
Educazione alimentare	I principi nutritivi Alimentazione dello sportivo La supplementazione	Lezione frontale	Libro di testo Audiovisivi Internet	Aula	2	Verifiche orali
Fair play		Lezione frontale	Libro di testo Audiovisivi Internet	Aula	2	Verifiche orali

Pistoia, 3 maggio 2023

Firma

Diletta Berti