



ISTITUTO D'ISTRUZIONE SUPERIORE  
ISTITUTO TECNICO STATALE COMMERCIALE, per GEOMETRI e P.A.C.L.E. "Contardo Ferrini"  
ISTITUTO PROFESSIONALE STATALE per SERVIZI COMMERCIALI, TURISTICI e della PUBBLICITA' "Leopoldo Franzosini"  
VERBANIA

## PIANO DI LAVORO (\*)

A.S. 2009 /2010

### "C. Ferrini"

**Progetto E.R.I.C.A.**

**Progetto Mercurio**

**Progetto Cinque**

**Liceo Tecnico Attività  
Gestionali**

**x Liceo Tecnico Costruzioni**

### "L. Franzosini"

**Biennio Comune**

**Biennio grafico pubblicitario**

**Monoennio:**  **Gestione aziendale**

**Turistico**

**Grafico pubblicitario**

**Post qualifica:**

**Gestione aziendale**

**Turistico**

**Grafico pubblicitario**

**Disciplina: educazione fisica**

**Classe: 2<sup>^</sup> Sezione: B**

**Data: 15 ottobre 2009**

A

C. TAVOLA DI PROGRAMMAZIONE

Disciplina: educazione fisica      Classe 2 <sup>^</sup> costr B	
Modulo n°1      Titolo: avviamento alla pallacanestro	
Trimestre: 1°      Tempi previsti: 10 h	
PREREQUISITI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obiettivi del primo anno</li> </ul>
CONTENUTI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• effettuare delle partenze crociate e corrispondenti</li> <li>• effettuare degli arresti a 1 e 2 tempi</li> <li>• usare il piede perno</li> <li>• eseguire dei cambi di direzione frontali e dorsali e dei cambi di senso</li> <li>• effettuare dei tiri piazzati e in corsa</li> <li>• eseguire il dai e vai e il dai e segui</li> </ul>
<b>OBIETTIVI</b>	
<b>CONOSCENZE</b>	<b>COMPETENZE</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sapere effettuare delle partenze crociate e corrispondenti</li> <li>• Sapere effettuare degli arresti a 1 e 2 tempi</li> <li>• Sapere usare il piede perno</li> <li>• Sapere eseguire dei cambi di direzione frontali e dorsali e dei cambi di senso</li> <li>• Sapere effettuare dei tiri piazzati e in corsa</li> <li>• Sapere eseguire il dai e vai e il dai e segui</li> </ul>
<b>METODOLOGIE E STRUMENTI UTILIZZATI</b>	
Lezione frontale Lezione interattiva xLavoro di gruppo Altro .....	Interrogazione orale Tema o problema Prova strutturata Prova semistrutturata Questionario Relazione xEsercizi



<b>Modulo n°3 Titolo: avviamento alla ginnastica artistica</b>	
<b>Trimestre:2° Tempi previsti: 10 h</b>	
<b>PREREQUISITI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gli obiettivi del primo anno</li> </ul>
<b>CONTENUTI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• eseguire una capovolta avanti</li> <li>• eseguire una capovolta indietro</li> <li>• eseguire una verticale al muro</li> <li>• eseguire un accenno di verticale a tre appoggi in posizione raccolta</li> <li>• eseguire una ruota</li> <li>• eseguire un orizzontale prona</li> <li>• eseguire dei salti con la funicella in avanti e all'indietro</li> </ul>
<b>OBIETTIVI</b>	
<b>CONOSCENZE</b>	<b>COMPETENZE</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sapere eseguire una capovolta avanti</li> <li>• Sapere eseguire una capovolta indietro</li> <li>• Sapere eseguire una verticale al muro</li> <li>• Sapere eseguire un accenno di verticale a tre appoggi in posizione raccolta</li> <li>• Sapere eseguire una ruota</li> <li>• Sapere eseguire un orizzontale prona</li> <li>• Sapere eseguire dei salti con la funicella in avanti e all'indietro</li> </ul>
<b>METODOLOGIE E STRUMENTI UTILIZZATI</b>	
Lezione frontale Lezione interattiva xLavoro di gruppo Altro .....	Interrogazione orale Tema o problema Prova strutturata Prova semistrutturata Questionario Relazione xEsercizi

<b>Modulo n°4 Titolo: avviamento alla pallamano</b>	
<b>Trimestre: 2° Tempi previsti: 10 h</b>	
<b>PREREQUISITI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sapere lanciare una palla</li> </ul>
<b>CONTENUTI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• palleggiare in corsa</li> <li>• passare la palla a un compagno in movimento</li> <li>• tirare da fermi</li> <li>• tirare in corsa</li> <li>• eseguire passaggi e ricezioni in corsa e tirare in porta in salto</li> </ul>
<b>OBIETTIVI</b>	
<b>CONOSCENZE</b>	<b>COMPETENZE</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sapere palleggiare in corsa</li> <li>• Sapere passare la palla a un compagno in movimento</li> <li>• Sapere tirare da fermi</li> <li>• Sapere tirare in corsa</li> <li>• Sapere eseguire passaggi e ricezioni in corsa e tirare in porta in s</li> </ul>
<b>METODOLOGIE E STRUMENTI UTILIZZATI</b>	
Lezione frontale Lezione interattiva xLavoro di gruppo Altro .....	Interrogazione orale Tema o problema Prova strutturata Prova semistrutturata Questionario Relazione xEsercizi



<b>Modulo n°6 Titolo: cenni di anatomia</b>	
<b>Trimestre: 3° Tempi previsti: 4 h</b>	
<b>PREREQUISITI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>nessuno</li> </ul>
<b>CONTENUTI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>nomenclatura dei principali muscoli</li> <li>nomenclatura delle principali ossa che compongono lo scheletro</li> <li>nomenclatura delle principali articolazioni</li> </ul>
<b>OBIETTIVI</b>	
<b>CONOSCENZE</b>	<b>COMPETENZE</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sapere cosa sono e la nomenclatura dei principali muscoli</li> <li>sapere cosa è e la nomenclatura delle principali ossa che compongono lo scheletro</li> <li>sapere cosa sono e la nomenclatura delle principali articolazioni</li> <li></li> </ul>
<b>METODOLOGIE E STRUMENTI UTILIZZATI</b>	
xLezione frontale Lezione interattiva Lavoro di gruppo Altro .....	Interrogazione orale Tema o problema xProva strutturata Prova semistrutturata Questionario Relazione Esercizi