



LICEO STATALE SCIPIONE MAFFEI

Liceo Classico Liceo Linguistico

Via Massalongo, 4 - 37121 VERONA

☎ .045.800.19.04 📠 045.802.05.12 ☑ C. F. 80011560234
✉ vrpc020003@istruzione.it - ✉ vrpc020003@pec.istruzione.it
🌐 <http://www.liceomaffei.vr.it>



PROGRAMMA SVOLTO ANNO SCOLASTICO 2010-2020

A)PIANO DI INTEGRAZIONE DEGLI APPRENDIMENTI P.I.A.

A)PROGRAMMA SVOLTO ANNO SCOLASTICO 2019-2020

Docente: Ranzato
Disciplina: Alberta
Classe: 1H

DIDATTICA IN PRESENZA

MODULO	ARGOMENTI/TEMI	TEMPI
Qualità motorie: resistenza, velocità, forza, ritmo, coordinazione	Corsa prolungata Attività motoria di resistenza elavoro aerobico, circuiti, velocità, coordinazione e ritmo (funicella). Esercizi di potenziamento muscolare	Settembre/novembre
Potenziamento schemi motori	Esercizi di arrampicata Preatletismo (corsa, lanci, salti) Giornata dell'Atletica: pratica di alcune discipline	Settembre/novembre
Percezione, equilibrio, controllo posturale e motorio	Preacrobatica : alcuni elementi base, anche di appoggio rovesciato, Esercizi individuali e a coppie di equilibrio (acrosport) Stretching Attività ritmica ed espressiva con la musica	Novembre/febbraio
Teoria: Movimento, salute, benessere	Presupposti teorici e metodi di allenamento della resistenza Primo soccorso : prevenzione, urgenza ed emergenza, la catena dei soccorsi, trattamento dei traumi più comuni ,BLS e RCP	Dicembre/febbraio
Giochi sportivi (pallamano, pallavolo) e giochi non strutturati	Fondamentali individuali e di squadra di pallavolo e pallamano, spostamenti e posizioni in campo	Ottobre/febbraio
Giochi di abilità oculo-	Giochi con le palline	ottobre



LICEO STATALE SCIPIONE MAFFEI

Liceo Classico Liceo Linguistico

Via Massalongo, 4 - 37121 VERONA

☎ 045.800.19.04 📠 045.802.05.12 ☑ C. F. 80011560234
✉ vrpc020003@istruzione.it - ✉ vrpc020003@pec.istruzione.it
🌐 <http://www.liceomaffei.vr.gov.it>



manuale	Badminton	
---------	-----------	--

DIDATTICA IN DAD

Le attività in DAD sono state realizzate sia in orario curricolare che in orario extracurricolare, con altri gruppi di studenti

MODULO	ARGOMENTI/TEMI	TEMPI
Percezione, equilibrio, controllo posturale e motorio	Giochi e sequenze di equilibrio, elementi di pilates, core stability, yoga, stretching, respirazione consapevole	Marzo/giugno
Potenziamento generale	Circuito Total body, Mandela challenge	Marzo/giugno
Coordinationi dinamiche	Giochi di coordinazioni "inutili", giocoleria, circuiti coordinativi, Sequenza di Kobudo	Marzo/giugno
Teoria	Primo soccorso	Marzo

Testi adottati:

Non sono stati adottati testi specifici, ma sono stati utilizzati estratti da testi scientifici, articoli di giornale, power point, video e testi elaborati e scritti dal docente, inviati agli studenti anche nel periodo di attivazione della DAD

Firma Docente Alberta Ranzato

Data: Verona, 25 giugno 2020



LICEO STATALE SCIPIONE MAFFEI

Liceo Classico Liceo Linguistico

Via Massalongo, 4 - 37121 VERONA

☎ 045.800.19.04 📠 045.802.05.12 ☑ C. F. 80011560234
✉ vrpc020003@istruzione.it - ✉ vrpc020003@pec.istruzione.it
🌐 <http://www.liceomaffei.vr.gov.it>



ATTIVITÀ ESTIVE PER TUTTA LA CLASSE: sez. 1H

(È possibile inserire le modalità di consegna anche attraverso Attività-Assignment in Teams)

Tutti gli Studenti della classe 1H sono invitati a dedicarsi al proprio benessere fisico e all'attività motoria, preferibilmente all'aperto, applicando quanto appreso durante l'anno scolastico in merito a sistemi di allenamento e utilizzando il materiale messo a disposizione degli studenti.

B) PIANO DI INTEGRAZIONE DEGLI APPRENDIMENTI P.I.A.

Nuclei fondamentali / Attività didattiche non svolte o da approfondire rispetto alla progettazione di inizio anno:

Rispetto a quanto progettato all'inizio dell'anno scolastico, con la sospensione delle lezioni in presenza e l'utilizzo della DAD, non è stato possibile completare e realizzare tutte le attività programmate, e in particolare quelle dinamiche, soprattutto giochi di squadra, che necessitano di spazi adeguati e lavoro in team.

Non è stata completata l'attività di preacrobatica e parkour

Non è stato effettuato l'incontro con la Croce Rossa

Non sono state completate le attività di abilità oculo-manuali

Non sono state effettuate uscite nel territorio con le biciclette

Obiettivi di apprendimento da raggiungere o da approfondire (Competenze, Abilità, Conoscenze da consolidare/sviluppare):

Sicuramente è mancato il tempo per rafforzare e consolidare, attraverso l'esperienza in diversi contesti e in cooperazione con la classe, alcune abilità e competenze, soprattutto quelle relative ai giochi situazionali; la discontinuità non ha permesso di approfondire la ricerca e la consapevolezza di un proprio metodo, di proprie strategie, per la realizzazione di obiettivi di perfezionamento e allenamento

Firma Docente

Alberta Ranzato

Data: Verona, 25 giugno 2020



LICEO STATALE SCIPIONE MAFFEI

Liceo Classico Liceo Linguistico

Via Massalongo, 4 - 37121 VERONA

☎ 045.800.19.04 📠 045.802.05.12 📄 C. F. 80011560234
✉ vrpc020003@istruzione.it - ✉ vrpc020003@pec.istruzione.it
🌐 <http://www.liceomaffei.vr.gov.it>

