# PROGRAMMA SVOLTO DAL DOCENTE DISCIPLINARE

| | |
|---|---|
| **ANNO SCOLASTICO:** | **2019/20** |
| **CLASSE:** | **QUARTA BR** |
| **DISCIPLINA:** | **SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE** |
| **DOCENTE:** | **FRASSONI GILBERTO** |
| **TESTO IN USO:** | **“Competenze Motorie”** |

## PROGRAMMA DETTAGLIATO (IN PRESENZA)

**OBIETTIVI DISCIPLINARI :Coordinazione e irrobustimento generale grandi apparati, avviamento alla pratica sportiva, abitudine al lavoro di gruppo**

**CONTENUTI: PARTE PRATICA: *Attività di irrobustimento fisiologico mirate al consolidamento delle capacità condizionali e coordinative: corsa di resistenza e veloce, percorsi ginnici con uso di piccoli o grandi attrezzi***

***Esercizi a corpo libero nelle varie posizioni di partenza eseguiti individualmente, a coppie, o a piccoli gruppi.***

***Apprendimento delle più comuni pratiche sportive: Atletica Leggera (Corsa di velocità), Pallavolo e Pallacanestro***

***Parte teorica*: Teoria delle principali attività svolte in palestra**

***METODO* : deduttivo e induttivo, per ricezione**

***TIPOLOGIA PROVE. Test pratici con griglie di valutazione oggettive.***

## PROGRAMMA DETTAGLIATO (A DISTANZA)

**Video conferenze sui vari aspetti dell'emergenza Covid-19:**

**Psicologico**
**Igienico-sanitario**
**Ambientale**

**Ripercussioni dell'emergenza coronavirus sui vari aspetti:**

**Economico**
**Didattico**
**Sportivo**

**VERIFICA DIGITALE FINALE**

Il Docente

GILBERTO FRASSONI
*(firma autografa sostituita a mezzo stampa)*