



PROGRAMMA SVOLTO DAL DOCENTE DISCIPLINARE

ANNO SCOLASTICO:	2019/20
CLASSE:	QUARTA AR
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 Baseball.

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)