



UNIONE EUROPEA

**FONDI
STRUTTURALI
EUROPEI**

pon
2014-2020



MIUR

Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca
 Dipartimento per la Programmazione
 Direzione Generale per interventi in materia di edilizia
 scolastica, per la gestione dei fondi strutturali per
 l'istruzione e per l'innovazione digitale
 Ufficio IV

PER LA SCUOLA - COMPETENZE E AMBIENTI PER L'APPRENDIMENTO (FSE-FESR)

PROGRAMMA CONSUNTIVO

Codice Mod. **RQ 23.2** Pag. 1 / 3

A.S.	2019-2020		
DOCENTE	CINZIA MARIA DATTOLO		
DISCIPLINA	SCIENZE MOTORIE		
CLASSE	3A	INDIRIZZO	SCIENZE UMANE

	TITOLO DEL MODULO	Contenuti Svolti
1	POTENZIAMENTO FISIOLOGICO	TEST ANAEROBICO (TEST DI COOPER) ESERCIZI PER LO SVILUPPO DELLA MOBILITÀ ARTICOLARE VELOCITÀ (ESERCIZI DI RAPIDITÀ E REAZIONE; ANDATURE E SCATTI)
2	SPORT DI SQUADRA	PALLAVOLO: REGOLAMENTO, FONDAMENTALI, ESERCIZI SINGOLI E A COPPIE, PARTITA DI SQUADRA PALLA TAMBURELLO: REGOLAMENTO, ESERCIZI SINGOLI E A COPPIE PER IL CONTROLLO DELLA PALLINA E DIMISTICHEZZA DELL'ATTREZZO
3	SVILUPPO DELLA PARETE ADDOMINALI	ESERCIZI SINGOLI E A COPPIE PER IL RINFORZO DELLA PARETE ADDOMINALE
4	DAD	SVOLGIMENTO DI ELABORATI SUL CONTROLLO DELLA POSTURA E SALUTE COSTRUZIONE DI UN CIRCUITO SULLA BASE DI ALCUNE CAPACITÀ MOTORIE O DISTRETTI MUSCOLARI INDICATI DAL DOCENTE

STRUMENTI/SUSSIDI DIDATTICI



VERIFICHE E VALUTAZIONI	ATTIVITÀ DI RECUPERO	NOTE
LE VERIFICHE NELLA PRIMA PARTE DELL'ANNO SONO AVVENUTE ATTRAVERSO LO SVOLGIMENTO DELLA PRATICA CHE CAMBIAVA A SECONDA DELL'ESERCIZIO O SPORT IN QUESTIONE. NELLA SECONDA PARTE QUEST'ULTIME SI SONO SVOLTE ATTRAVERSO LA PIATTAFORMA MOODLE CON L'INVIO DI ELABORATI SCRITTI SULLA BASE DELL'ARGOMENTO PROPOSTO. LA VALUTAZIONE IN ENTRAMBI I CASI HA TENUTO CONTO DELLA PARTECIPAZIONE, IMPEGNO E PUNTUALITÀ DELLE CONSEGNE	LE ATTIVITÀ DI RECUPERO NELLA PRIMA PARTE DELL'ANNO SI SONO SVOLTE IN ITINERE ATTRAVERSO PROVE PRATICHE O INTERROGAZIONI ORALI IN CASO DI INFORTUNI. NELL'AMBITO DELLA PIATTAFORMA IL RECUPERO È AVVENUTO ATTRAVERSO DELLE PROROGHE	

DATA 1-06-2020

IL DOCENTE

CINZIA MARIA DATTOLO

GLI STUDENTI
