



A.S.	2019-2020		
DOCENTE	CINZIA MARIA DATTOLO		
DISCIPLINA	SCIENZE UMANE		
CLASSE	5A	INDIRIZZO	SCIENZE UMANE

	TITOLO DEL MODULO	Contenuti Svolti
1	POTENZIAMENTO FISIOLOGICO	-ESERCITAZIONI INDIVIDUALI E SOTTOFORMA DI CIRCUITO PER LO SVILUPPO DELLA FORZA. - ESERCITAZIONI PER LO SVILUPPO DELLA RESISTENZA E DELLA VELOCITÀ - ESERCITAZIONI DI STRETCHING PER IL MIGLIORAMENTO DELLA MOBILITÀ ARTICOLARE
2	PALLAVOLO	ESERCIZI SINGOLI E A COPPIE SUL PALLEGGIO, BAGHER, BATTUTA, SCHIACCIATA PARTITE DI SQUADRA
3	PALLATAMBURELLO	REGOLE DI BASE ADATTATE AL CONTESTO SCOLASTICO ESERCIZI SINGOLI E A COPPIE PER IL CONTROLLO DELLA PALLINA E PADRONANZA DELL'ATTREZZO PARTITE DI SQUADRA
4	DAD	LA DIDATTICA A DISTANZA TRAMITE PIATTAFORMA MOODLE SI È ARTICOLATA NEL SEGUENTE MODO: DOPING: RELAZIONE SULLA BASE DELLE SLIDE INVIATE DAL DOCENTE RIGUARDO L'ARGOMENTO E CON UTILIZZO DI ALTRI SUSSIDI QUALI : MOTORI DI RICERCA, LIBRI DI TESTO O ALTRO MATERIALE AVENTE IN CASA CIRCUITO: COSTRUZIONE DI UN CIRCUITO SULLA BASE DI ALCUNI DISTRETTI MUSCOLARI O CAPACITÀ MOTORIE INDICATE DAL DOCENTE

STRUMENTI/SUSSIDI DIDATTICI

PICCOLI ATTREZZI ,NELLO SPECIFICO: CONI,CINESINI,,CERCHI,CORDE,PALLONI .
GRANDI ATTREZZI OVVERO: PERTICA,SPALLIERA.
SUSSIDI DIDATTICI: LIBRO DI TESTO

VERIFICHE E VALUTAZIONI	ATTIVITÀ DI RECUPERO	NOTE
<p>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</p>	<p>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</p>	

DATA 06-05-2020

IL DOCENTE
CINZIA MARIA DATTOLO

GLI STUDENTI
