

**I.T.C.S. ERASMO DA ROTTERDAM**  
 Liceo Artistico Indirizzo Grafica - Liceo delle Scienze Umane opz. Economico sociale  
 ITI Informatica e Telecomunicazioni - ITI Costruzioni Ambiente e Territorio  
 Via Varalli, 24 - 20021 BOLLATE (MI) - Tel. 023506460/75  
 MITD450009 - C.F. 97068290150



**FONDI STRUTTURALI EUROPEI**  
**pon**  
**2014-2020**



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 23.3 Pag. 1 / 3

<b>A.S.</b>	2021/2022		
<b>DOCENTE</b>	SAPIA DEBORAH		
<b>DISCIPLINA</b>	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE		
<b>CLASSE</b>	2 H	<b>INDIRIZZO</b>	INFORMATICA E TELECOMUNICAZIONI

	<b>Titolo del modulo</b>	<b>Contenuti Svolti</b>
1	CAPACITA' MOTORIE	-CAPACITA' COORDINATIVE E CONDIZIONALI: VARIE TIPOLOGIE DI ANDATURE, TIPOLOGIE DI CORSA. ESERCITAZIONI PER LO SVILUPPO DELLA RESISTENZA E DELLA VELOCITA'.  COORDINAZIONE MOTORIA
2	PALLAVOLO	IL GIOCO E LE REGOLE: I FONDAMENTALI DEL VOLLEY; ESERCIZI SINGOLI E A COPPIE SU: PALLEGGIO DOPPIO, PALLEGGIO SINGOLO, BAGHER, BATTUTA, SCHIACCIATA.  PARTITE DI SQUADRA.
3	UNIHOKEY	IL GIOCO E LE REGOLE; I FONDAMENTALI; PARTITE DI SQUADRA.



E-mail: MITD450009@istruzione.it PEC: MITD450009@pec.istruzione.it  
 Dirigente Scolastico: preside@itcserasmo.it - Sito web: www.itcserasmo.it

4	PALLAMANO	GIOCO E REGOLE. ESERCIZI PROPRIOCETTIVI NELLA PALLAMANO.
---	-----------	---

5	POSTURA E SALUTE	POSTURA: PARAMORFISMI E DISMORFISMI. LOMBALGIA, DORSALGIA, PIEDE PIATTO, PIEDE CAVO.
---	------------------	---

6	NUOTO	TIPI DI STILI: STILE LIBERO, DORSO, ETC.; PALLANUOTO: IL GIOCO E LE REGOLE; PARTITE DI SQUADRA.
---	-------	---

7	EDUCAZIONE CIVICA	AGENDA 2030
---	-------------------	-------------

**STRUMENTI/SUSSIDI DIDATTICI**

SONO STATI UTILIZZATI TUTTI GLI STRUMENTI DISPONIBILI ALL'INTERNO DELLA PALESTRA;

PICCOLI ATTREZZI NELLO SPECIFICO:

CONI, CINESINI, CERCHI, CORDE, PALLONI, RACCHETTE, BASTONI.

SUSSIDI DIDATTICI: LIBRO DI TESTO.

VERIFICHE E VALUTAZIONI	ATTIVITÀ DI RECUPERO	NOTE
LE VERIFICHE SONO AVVENUTE ATTRAVERSO LO SVOLGIMENTO DELLA	LE ATTIVITÀ DI RECUPERO PER COLORO CHE HANNO PRESENTATO EVENTUALI	NELLA VALUTAZIONE È STATA PREMIATA, IN PARTICOLARE LA



PRATICA IN PRIMIS, A SECONDA DELL'ESERCIZIO, DISCIPLINA, O SPORT IN QUESTIONE, TRAMITE LA VERIFICA SUI FONDAMENTALI DI GIOCO, REGOLE, MA ANCHE TRAMITE LA REALIZZAZIONE DI POWER POINT SUI VARI TIPI DI SPORT ESEGUITI.	ESONERI, SI SONO SVOLTE IN ITINERE ATTRAVERSO PROVE PRATICHE, O PROVE ORALI, IN CASO DI INFORTUNI, DANDO AGLI ALLIEVI COSÌ L'OPPORTUNITÀ DI MIGLIORARE E RECUPERARE.	PARTECIPAZIONE ATTIVA ALLE LEZIONI, ALLE ASSENZE, ALLE GIUSTIFICAZIONI, ALL'IMPEGNO, ALL'INTERESSE NEI CONFRONTI DELLA DISCIPLINA, E ALLA MOTIVAZIONE VERSO ESSA DI OGNI SINGOLO ALUNNO.
---	--	--

Data 7/6/2022

Il Docente

Deborah Sapia

Gli Studenti

Angela DeiaOlivero Sabra