

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 – Fax 0233300549
MITD450009 – C.F. 97068290150

FUTURA

Finanziato
dall'Unione europea
NextGenerationEU



**LA SCUOLA
PER L'ITALIA DI DOMANI**

Ministero dell'Istruzione
e del Merito



Italiadomani
PIANO NAZIONALE DI RIPRESA E RESILIENZA



SISTEMA DI GESTIONE
QUALITÀ CERTIFICATO

CQY
CERTIQUALITY

UNI EN ISO 9001:2015



CERTIQUALITY
È MEMBRO DELLA
CONFEDERAZIONE CISQ

PROGRAMMA CONSUNTIVO

Codice Mod. **RQ 23.3** Pag. 1 / 2

A.S.	2022-2023		
DOCENTE	MARIA ASSUNTA SCANNAPIECO		
DISCIPLINA	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE		
CLASSE	3 H	INDIRIZZO	INFORMATICA

N	TITOLO DEL MODULO	Contenuti Svolti
1	QUALITÀ FISICHE DI BASE	ATTIVITÀ ED ESERCIZI DI RESISTENZA, MOBILITÀ, FORZA, VELOCITÀ.
2	SPORT DI SQUADRA	CONOSCENZA DEI FONDAMENTALI INDIVIDUALI E DELLE REGOLE DI GIOCO DI: PALLACANESTRO, PALLAVOLO, CALCIO, CALCETTO, UNIHOCKEY, BASEBALL
3	ATTIVITÀ E SPORT MINORI	CONOSCENZA DEI FONDAMENTALI INDIVIDUALI E DELLE REGOLE DI GIOCO DI ATTIVITÀ SPORTIVE INDIVIDUALI E DI SQUADRA MENO CONOSCIUTE COME: HIT-BALL, TENNIS-TAVOLO, BADMINTON, DODGEBALL, ULTIMATE
4	FITNESS	CONDIZIONAMENTO MUSCOLARE LOCALIZZATO, ESERCIZI DI RINFORZO MUSCOLARE
5	COORDINAZIONE	ESECUZIONE DI VARI SALTI AVANTI E INDIETRO DA FERMO O IN SPOSTAMENTO NELLE VARIE DIREZIONI.
7	TEORIA	APPROFONDIMENTI SOCIALI, CULTURALI, DI EDUCAZIONE ALLA SALUTE; CONOSCENZE TEORICHE DEI GIOCHI SPORTIVI

STRUMENTI/SUSSIDI DIDATTICI

LIBRI DI TESTO, DISPENSE E MATERIALE FORNITO DAL DOCENTE, APPROFONDIMENTI ONLINE, PRESENTZIONI ONLINE

VERIFICHE E VALUTAZIONI	ATTIVITÀ DI RECUPERO	NOTE
VERIFICHE PRATICHE, INTERROGAZIONI, TEST PRATICI DIBATTITI.	IN ITINERE	LA VALUTAZIONE NON SI FERMA AL DATO PURAMENTE MOTORIO, MA HA TENUTO CONTO DELLO SVILUPPO INTEGRALE DELLA PERSONA

BOLLATE, 30.05.2023

IL DOCENTE

MARIA ASSUNTA SCANNAPIECO

GLI STUDENTI
