

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



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. <b>RQ 23.2</b> Pag. 1 / 4
----------------------	---------------------------------------

<b>A.S.</b>	2020-2021		
<b>DOCENTE</b>	BENEDETTA FIORENTINO		
<b>DISCIPLINA</b>	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE		
<b>CLASSE</b>	5D	<b>INDIRIZZO</b>	SCIENZE UMANE- OPZIONE ECONOMICO SOCIALE

	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	<p>LA DIDATTICA A DISTANZA TRAMITE PIATTAFORMA MOODLE SI È ARTICOLATA NEL SEGUENTE MODO:</p> <p>DISTRETTI MUSCOLARI O CAPACITÀ MOTORIE INDICATE DAL DOCENTE RISCALDAMENTO E DEFATICAMENTO</p> <p>ACQUISIZIONE E CONSOLIDAMENTO DEI CORRETTI STILI DI VITA ATTIVI IN SINERGIA CON L'EDUCAZIONE ALLA SALUTE E AL BENESSERE PSICOFISICO, ALLA LEGALITÀ ED EDUCAZIONE CIVICA (AUTOSTIMA EMPATIA E BULLISMO)</p>
---	-----	---

### STRUMENTI/SUSSIDI DIDATTICI

<p>PICCOLI ATTREZZI ,NELLO SPECIFICO: CONI,CINESINI,CERCHI,CORDE,PALLONI,TAMBURELLI.</p> <p>SUSSIDI DIDATTICI: LIBRO DI TESTO, SLIDE FORNITE DAL DOCENTE</p>
--

VERIFICHE E VALUTAZIONI	ATTIVITÀ DI RECUPERO	NOTE
<p><b>LE VERIFICHE NELLA PRIMA PARTE DELL'ANNO (DURANTE LE LEZIONI IN PRESENZA) 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 MOODLESE CON L'INVIO DI ELABORATI SCRITTI SULLA BASE</b></p>	<p><b>LE ATTIVITÀ DI RECUPERO NELLA PRIMA PARTE DELL'ANNO SI SONO SVOLTE IN ITINERE ATTRAVERSO PROVE PRATICHE (IN PRESENZA) O INTERROGAZIONI ORALI IN CASO DI INFORTUNI (IN DAD). NELL'AMBITO DELLA PIATTAFORMA IL RECUPERO È AVVENUTO ATTRAVERSO DELLE</b></p>	

**DELL'ARGOMENTO PROPOSTO. IN PRESENZA SONO STATE SVOLTE IN MODALITA' CARTACEA. LA VALUTAZIONE IN ENTRAMBI I CASI HA TENUTO CONTO DELLA PARTECIPAZIONE, IMPEGNO E PUNTUALITÀ DELLE CONSEGNE**

**PROROGHE**

DATA 06.05.2021

IL DOCENTE

BENEDETTA FIORENTINO

GLI STUDENTI

---

---

