



**Istituto di Istruzione Superiore
"LICEO BOCCHI-GALILEI"**

Indirizzi: Classico, Linguistico, Scienze Umane, Scientifico, Scienze Applicate
Via Dante 4, 45011 ADRIA (RO) tel. 0426 21107 - C.F. 90016140296
Codice Meccanografico ROIS00100E - COD.UFF. UF9OB7
e-mail: rois00100e@istruzione.it rois00100e@pec.istruzione.it



PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE SVOLTA

Anno scolastico 2019/2020

Docente: Franzoso Diego
Materia: Scienze motorie e sportive
Classe: 2A
Indirizzo: Scienze Umane



**Istituto di Istruzione Superiore
"LICEO BOCCHI-GALILEI"**

Indirizzi: Classico, Linguistico, Scienze Umane, Scientifico, Scienze Applicate
Via Dante 4, 45011 ADRIA (RO) tel. 0426 21107 - C.F. 90016140296
Codice Meccanografico ROIS00100E - COD.UFF. UF9OB7
e-mail: rois00100e@istruzione.it rois00100e@pec.istruzione.it



<u>Argomenti</u> (indicare anche eventuali percorsi di ripasso)	<u>Capitoli e/o pagine</u>
Esercizi di riscaldamento e tonificazione muscolare eseguiti in movimento. Pallavolo.	
Esercizi di potenziamento muscolare eseguiti in stazione eretta e decubito. Badminton	
Goback con valutazione.	
Giochi sportivi di squadra	
Valutazione iniziale capacità condizionali	
Attività ludiche strutturate per l'incremento delle capacità condizionali	
Test valutazione capacità coordinative e condizionali, velocità (staffetta)	
Esercizi con funicella, attività ludica strutturata: capacità condizionali e basket	
Lo stretching	
Attività ludiche strutturate (osservazione capacità di collaborazione e di risoluzione di problemi)	
Salute e Benessere (teoria)	
Il corpo umano (teoria)	
Drop-out: perché i giovani abbandonano lo sport (dibattito)	
Pallavolo : esercizi con valutazione sui fondamentali di attacco e difesa.	
Esercizi di coordinazione. Calcio tennis.	



**Istituto di Istruzione Superiore
"LICEO BOCCHI-GALILEI"**

Indirizzi: Classico, Linguistico, Scienze Umane, Scientifico, Scienze
Via Dante 4, 44011 ADRIA (RO) tel. 0426 21107 - C.F. 90010
Codice Meccanografico ROIS00100E - COD. UFF. UT90
e-mail: piu00100e@istruzione.it - rois00100e@pec.istruzione.it



DATA 06/06/2020 FIRMA DEL DOCENTE:

F. Ferraro

Firme dei rappresentanti di classe

Giorgia Finotti
Mina Maria Luisa