



Istituto Statale Istruzione Superiore
"Isaac Newton" - VARESE



A.S.2016/17

PROGRAMMA DIDATTICO DI EDUCAZIONE FISICA

DOCENTE **Roberto Basaglia** CLASSE **1 C Mec**

N.° ore teoriche	N.° ore pratiche	N.° ore totali	N.° ore previste
	48	48	60

Contenuti

- Preatletismo ed atletica leggera.
Andature-corse
- Ginnastica a corpo libero ed ai grandi attrezzi:
- Esercizi d'opposizione e resistenza
- Esercizi di coordinazione generale e specifica
- Percorsi a stazioni
- Giochi sportivi:
pallacanestro-pallavolo - calcetto - Hitball - Tchuckball - Madball - Pallameta-
Volley/tennis - UniHokey- Pallaprigioniera fra 4 fuochi

Attività di recupero

Nell'arco dell'intero anno scolastico ,si sono effettuate attività di recupero sistematico dei contenuti proposti attraverso:
ripetizioni della tecnica d'esecuzione,esercizi graduati ,tests individualizzati ,tecniche d'apprendimento cooperativo.
Agli alunni con evidenti lacune sono stati affiancati compagni in grado d'aiutarli (con la supervisione del docente) a superare le difficoltà .Sono state inoltre proposte lezioni di supporto.

Varese08//06 / 2017

il Docente

Basaglia Roberto

Via Zucchi, 3/5 - 21100 VARESE

Tel. +39 0332 312065 Fax +39 0332 313119 [IPSIA] - Tel. +39 0332 311596 Fax +39 0332 311575 [ITIS]

Codice Fiscale 80010300129 Internet: www.isisvarese.it

e-mail: isisvarese@isisvarese.it