



Istituto Statale Istruzione Superiore
"Isaac Newton" - VARESE



URS is a member of Registrar of Standards (Holdings) Ltd.
United Registrar of Systems Certificate No. 35520/A/0002/UK/It

A.S.2016/17

PROGRAMMA DIDATTICO DI EDUCAZIONE FISICA

DOCENTE Roberto Basaglia CLASSE 3 C Mas.

N.° ore teoriche	N.° ore pratiche	N.° ore totali	N.° ore previste
	55	55	60

Contenuti

- Preatletismo ed atletica leggera.
- Resistenza
Andature-corse
- Esercizi di coordinazione generale e specifica
- Giochi sportivi:
pallacanestro-pallavolo - calcetto – Hitball –
Attività in piscina: miglioramento delle qualità di base per il galleggiamento
Tecnica per la respirazione, tecnica dello stile libero, resistenza.

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.

Varese09//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