



FONDI  
STRUTTURALI  
EUROPEI

pon  
2014-2020



PER LA SCUOLA - COMPETENZE E AMBIENTI PER L'APPRENDIMENTO (FSE-FESR)



A.S. 2018/19

**PROGRAMMA DIDATTICO**  
**DISCIPLINA: Scienze motorie e sportive**

DOCENTE Elena Senaldi

CLASSE 2°A opa

N°. ore teoriche	N.° ore pratiche	N.° ore totali	N.° ore previste
	53	53	60

**Contenuti**

Attività di sollecitazione delle capacità condizionali, in particolare della resistenza e della mobilità articolare, ma anche della velocità, in particolare della velocità di esecuzione e di reazione.

Attività per lo sviluppo della coordinazione generale dinamica, per la capacità progettuale di svolgimento di un gesto complesso, per la memorizzazione di una breve sequenza di movimenti concatenati tra loro e consequenziali. Attività per la ricerca della precisione nell'esecuzione di un gesto tecnico, per affinare agilità e destrezza, mira, tempismo e conoscenza spazio-temporale.

Attività ludico, sportiva agonistica attraverso giochi di squadra (pallavolo)

**Attività di recupero**

L'attività di recupero è stata svolta in itinere, di volta in volta che si presentavano attività problematiche per qualche alunno. In particolare, poi, si è svolta nei confronti degli alunni che sono risultati insufficienti alla fine del primo quadrimestre

Varese, 10/06/2019

il Docente

Elena Senaldi