



FONDI
STRUTTURALI
EUROPEI

pon
2014-2020



A.S.2018/2019

PROGRAMMA DIDATTICO
DISCIPLINA:SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

DOCENTE GUARNACCIA FRANCESCO SAVERIO

CLASSE 4C MT

N.° ore teoriche	N.° ore pratiche	N.° ore totali	N.° ore previste
	42	42	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
Giochi sportivi: pallacanestro-pallavolo – calcetto-palla prigioniera-hitball

Attività di recupero

Corsa varie andature; addominali.

Varese,08.06.19

il Docente

Francesco Saverio Guarnaccia