



Ministero dell'Istruzione e del merito
Istituto d'Istruzione Superiore "MARCO POLO"
Località Boscone - Via La Madoneta 3 - 23823 COLICO

Tel. 0341/940413

Codice Fiscale: 92038240138 - C.M. LCIS003001 - Codice Univoco Ufficio UFGDY3

e-mail: lcis003001@istruzione.it pec mail: lcis003001@pec.istruzione.it

Sito web: www.marcopolocolico.edu.it

PROGRAMMA SVOLTO

DOCENTE	Fabio Tomasicchio
DISCIPLINA	Scienze motorie
CLASSE	1 ^ C leFP

Argomenti trattati:

CAPACITÀ COORDINATIVE E CONDIZIONALI	<ul style="list-style-type: none">- Attività singole e a coppia con piccoli attrezzi e a corpo libero su schemi motori di base e capacità.- Esercizi di rinforzo muscolare e mobilità
SPORT DI SQUADRA e INDIVIDUALI	<ul style="list-style-type: none">- Pallavolo - Elementi tecnici di base: palleggio, bagher, battuta, semplice schema di gioco tecnica e tattica, regolamento del gioco;- Calcetto - Elementi tecnici di base: tiro, passaggio, regolamento del gioco;- Basketball - Elementi tecnici di base: il palleggio, correre e palleggiare, il passaggio e il tiro a canestro, arresto, 3° tempo, tiro libero;- Elementi base su alcune discipline dell'atletica.

Approfondimenti anche in riferimento all' Educazione civica:

ATTIVITÀ DI AMPLIAMENTO DELL'OFFERTA FORMATIVA SVOLTE NELL'ANNO SCOLASTICO

TIPOLOGIA	OGGETTO	LUOGO
-----------	---------	-------

Uscite didattiche		
Viaggio di istruzione		
Progetti ed iniziative	Sport 360° - alcuni alunni hanno partecipato alle varie attività proposte: Tennis tavolo, badminton, gare provinciali...	
Incontri con esperti		

Colico, 5 Giugno 2024

L'insegnante.

