

ITI- ITP-LISS. e SA. E.FERMI – G.GIORGI

PROGRAMMA SVOLTO A.S 2018/2019

MATERIA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

DOCENTE: PROF. FRANCONI VITTORIO

1 QUADRIMESTRE :

- analisi storica in base alla classe in questione dello sport relativamente alle programmazioni delle altre materie (con approfondimenti per le classi del LISS).
- Le capacità motorie e condizionali , serie di esercitazioni sul riscaldamento generale e specifico, prove d'ingresso per la forza, resistenza, velocità, coordinazione ecc.
- Nuoto corso base (avanzato per LISS) sulla didattica del nuoto e sugli stili principali (almeno 2)
- Giochi sportivi : tecnica e didattica dei principali sport di squadra (Pallavolo, Pallacanestro, Pallamano, Badminton, Calcio a 5, anche con riferimento quando è stato possibile allo sport con handicap.
Con valutazioni su tutte le attività proposte e prosecuzione anche nel secondo Quadrimestre

2^ QUADRIMESTRE :

- (Solo per le classi LISS) : moduli sportivi relativi allo sci, vela, rugby, nuoto e dynamo camp con valutazioni.
- Atletica Leggera: storia, tecnica, didattica e elementi di teoria di tutte le discipline dei campionati studenteschi con le relative valutazioni pratiche o teoriche (se in presenza di esoneri e/o assenze prolungate)
- Giochi di squadra. Prosecuzione dal 1^Quadrimestre
- Partecipazione ai campionati studenteschi dalle fasi d'istituto a quelle regionali.

Lucca li 8/06/2019

Prof. Vittorio Francone