



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<sup>^</sup> C MEC**

N.° ore teoriche	N.° ore pratiche	N.° ore totali	N.° ore previste
	51	51	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
- Percorsi a stazioni
- Giochi sportivi:  
pallacanestro-pallavolo - calcetto - Hitball - Tchuckball - Madball - Pallameta-  
Volley/tennis - UniHokey- Pallaprigioniera fra 4 fuochi

### 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.

Varese 09//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](http://www.isisvarese.it)

e-mail: [isisvarese@isisvarese.it](mailto:isisvarese@isisvarese.it)