



MINISTERO dell'ISTRUZIONE
Istituto Statale Istruzione Superiore "Isaac Newton" VARESE



**FONDI
STRUTTURALI
EUROPEI**

pon
2014-2020



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



A.S. 2020/2021

PROGRAMMA DIDATTICO
DISCIPLINA: SMS

CLASSE II E MAS

DOCENTE Ippodrino Elsa

n. ore teoriche	n. ore pratiche	n. ore totali	n. ore previste
30	24	54	66

PROGRAMMA SVOLTO

-Consolidamento delle qualità motorie condizionali e coordinative

unità 1: resistenza generale

unità 2: mobilità articolare

unità 3: miglioramento della tonicità generale

unità 4: coordinazione

Tempi di realizzazione: l'unità di apprendimento avrà la durata dell'intero anno scolastico.

- Principi fondamentali sulla tutela della salute e la prevenzione degli infortuni

unità 1: corpo umano

unità 2: primo soccorso e prevenzione degli infortuni

unità 3: regolamenti dei giochi sportivi

Tempi di realizzazione: l'unità di apprendimento avrà la durata di circa 6 ore, ma verrà utilizzata in modo particolare per gli alunni esonerati e per il periodo necessario a coprire la durata dell'esonero stesso.

ATTIVITA' DI RECUPERO

Attività di recupero in itinere

Varese, li 21 giugno 2021

Il DOCENTE Ippodrino Elsa

Firma autografa sostituita a mezzo
stampa ai sensi e per gli effetti

Via Zucchi, 3/5 - 21100 VARESE
Tel. +39 0332 312065 +39 0332 311596 Fax +39 0332 313119
Codice Fiscale 80010300129

Internet: www.isisvarese.edu.it - E-mail: isisvarese@isisvarese.it – PEC: vais01700v@pec.istruzione.it



MINISTERO dell'ISTRUZIONE
Istituto Statale Istruzione Superiore "Isaac Newton" VARESE



**FONDI
STRUTTURALI
EUROPEI**

pon
2014-2020



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



dell'art. 3, c. 2, D. Lgs. n. 39/1993

Via Zucchi, 3/5 - 21100 VARESE
Tel. +39 0332 312065 +39 0332 311596 Fax +39 0332 313119
Codice Fiscale 80010300129

Internet: www.isisvarese.edu.it - E-mail: isisvarese@isisvarese.it – PEC: vais01700v@pec.istruzione.it