



Istituto Statale Istruzione Superiore
C. Facchinetti di Castellanza



Istruzione Tecnica - MECCANICA E MECCATRONICA - ENERGIA - INFORMATICA E TELECOMUNICAZIONI - SISTEMA MODA
CHIMICA DEI MATERIALI - BIOTECNOLOGIE AMBIENTALI - COSTRUZIONI, AMBIENTE E TERRITORIO - AUTOMAZIONE
Istruzione Professionale - MANUTENZIONE E ASSISTENZA TECNICA
Istruzione e Formazione Professionale (IeFP) - OPERATORE ALLA RIPARAZIONE DI VEICOLI A MOTORE

PROGRAMMA SVOLTO e INDICAZIONI PER IL RECUPERO

Docente **Colombo Franca**
DISCIPLINA **SCIENZE MOTORIE**

A.S. **2023/2024**
Classe **4°EM**

MODIFICHE ALLA PROGRAMMAZIONI INIZIALE

(riportare dalla relazione finale disciplina)

1) UNITÀ' DI APPRENDIMENTO PROGRAMMATE A INIZIO ANNO MA NON AFFRONTATE, CON LE RELATIVE MOTIVAZIONI	MOTIVAZIONI
Le UDA sono state tutte affrontate	/

2) MODIFICHE ALLE UNITÀ' DI APPRENDIMENTO AFFRONTATE E RELATIVE MOTIVAZIONI	MOTIVAZIONI
Le UDA affrontate non hanno subito modifiche	/

CONOSCENZE / CONTENUTI SVILUPPATI

(indicare gli argomenti trattati, suddivisi per periodo. Questa parte del modulo è utilizzabile per gli studenti con insufficienza nella disciplina ed è duplicabile per gli studenti sufficienti, qualora si intenda assegnare anche a questi ultimi attività estive specifiche)

PRIMO PERIODO

Argomento / Uda	Pagine del libro /appunti per la teoria	esercizi
Studiare le schede sugli esercizi di potenziamento e stretching dei muscoli addominali, pettorali, dorsali, degli arti inferiori ed esercitarsi sugli stessi	SCHEDE: su classroom	/
IL DOPING	DISPENSE: Teoria 4 - da pag 3 a pag. 6 SCHEDE su classroom	/

SECONDO PERIODO

Argomento / Uda	Pagine del libro/appunti	esercizi
APPARATI DEL CORPO UMANO: Respiratorio, Cardio-Circolatorio, SISTEMA NERVOSO	DISPENSE: Teoria 4 - da pag 7 a pag. 21	/
PARAMORFISMI e DISMORFISMI	DISPENSE: Teoria 4 - da pag 22 a pag. 26	/
La PALLACANESTRO	DISPENSE: Teoria 4 - da pag 27 a pag. 35	/
Il TCHOUKBALL	DISPENSE: Teoria 4 - da pag 36 a pag. 42	/
Studiare le schede sugli esercizi di potenziamento e stretching dei muscoli addominali, pettorali, dorsali, degli arti inferiori ed esercitarsi sugli stessi	SCHEDE: su classroom	/

Castellanza, 10/06/2024

Firma del/i docente/i

Franca Colombo