



UNIONE EUROPEA

**FONDI
STRUTTURALI
EUROPEI**

PER LA SCUOLA - COMPETENZE E AMBIENTI PER L'APPRENDIMENTO-FESR

pon
2014-2020



MIUR

Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca
Dipartimento per la Programmazione
Direzione Generale per interventi in materia di edilizia
scuola, per la gestione dei fondi strutturali per
l'istruzione e per l'innovazione digitale
Ufficio IV

Anno scolastico 2019/2020

PROGRAMMA SVOLTO

Disciplina Scienze Motorie Docente Monica Neri

Classe 4_ sez. __B__ Indirizzo __turismo__

1. Testo utilizzato: Più MOVIMENTO. Argomenti svolti: La pallavolo. La postura della salute
2. Programma svolto: Attività ed esercizi a carico naturale. Attività ed esercizi di opposizione e resistenza. Esercizi con piccoli e grandi attrezzi codificati e non. Esercizi eseguiti in varietà di ampiezza e di ritmo in situazioni spazio-temporali variate. Esercizi di equilibrio in situazioni dinamiche e in volo. Atletica leggera: corsa di velocità con partenze dai blocchi. Corsa di resistenza (test di Cooper). Salto in lungo. Attività sportive di squadra: pallavolo, basket.

Follonica, 7 Giugno 2020

Firma docente
(prof. Monica Neri)

Sede Legale: Via De Gasperi n. 8 - Tel. 0566 57695 - Fax 0566 57693 - Sede Liceo: Via De Gasperi n. 6 - Tel. 0566 57688 - Fax 0566 50462
C.F. 81003250537 - Codice meccanografico: GRIS001009

WEB: www.isufol.net E-mail PEC: gris001009@pec.istruzione.it - e-mail Intranet: gris001009@istruzione.it



Istituto **S**tatale di **I**struzione **S**uperiore di **Follonica**



UNIONE EUROPEA

**FONDI
STRUTTURALI
EUROPEI**

PER LA SCUOLA - COMPETENZE E AMBIENTI PER L'APPRENDIMENTO-FESR

pon
2014-2020



MIUR

Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca
Dipartimento per la Programmazione
Direzione Generale per interventi in materia di edilizia
scolastica, per la gestione dei fondi strutturali per
l'istruzione e per l'innovazione digitale
Ufficio IV

FIRME ALUNNI

Sede Legale: Via De Gasperi n. 8 - Tel. 0566 57695 - Fax 0566 57693 - Sede Liceo: Via De Gasperi n. 6 - Tel. 0566 57688 - Fax 0566 50462
C.F. 81003250537 - Codice meccanografico: GRIS001009

WEB: www.isufol.net È e-mail PEC: gris001009@pec.istruzione.it - e-mail Intranet: gris001009@istruzione.it