



ISI di Barga

Istituto Professionale Servizi per l'Enogastronomia e l'Ospitalità Alberghiera "F.lli Pieroni"
Liceo Linguistico, Liceo delle Scienze Umane "G. Pascoli"
Liceo Classico "L. Ariosto"
Istituto Tecnico SETTORE TECNOLOGICO "E. Ferrari"

Istituto	IPSEOA
Classe	1 A
Disciplina	Scienze Motorie e Sportive
Ore settimanali	2
Docente	Maria Chiara Marchetti
Anno scolastico	2018/2019

CONTENUTI DISCIPLINARI SVILUPPATI Descrivere i contenuti svolti, specificandone possibilmente il tempo complessivo in ore, comprensivo delle prove di valutazione/verifica	N. unità didattiche mono/pluri-disciplinari	Livello di approfondimento: ottimo/buono/discreto/suff.
Orienteering: spiegazione della disciplina e lettura della mappa	2	ottimo
I lanci: lanci e prese variati con vari tipi di palle di dimensioni e pesi differenti	3	ottimo
Il riscaldamento: spiegazione e messa in pratica	Sempre	ottimo
Coordinazione Braccia -Gambe con saltellini	2	ottimo
Resistenza: test di cooper (solo per chi lo voleva fare)	1	buono
Pilates: spiegazione del metodo ed esecuzione di alcuni esercizi	1	buono
Coordinazione oculo-podolica con staffette e oculo -manuale con le bacchette	2	ottimo
Velocità: scatti con cambiamenti repentini e velocità in pista	2	buono
Badminton: tecnica del servizio	1	sufficiente

Barga, 3 giugno 2019

Il docente

Maria Chiara Marchetti