



**ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE “PAOLO BOSELLI”**

ISTITUTO TECNICO PER IL TURISMO - ISTITUTO PROFESSIONALE PER I SERVIZI COMMERCIALI E SOCIO-SANITARI

**Docente: Anna Ferreri**

**Disciplina: Scienze Motorie**

**a.s.: 2019-2020    classe: 1F**

**PROGRAMMA SVOLTO**

Dall'inizio dell'anno scolastico la palestra dell'Istituto risulta inagibile le lezioni vengono svolte in classe:

Conoscenza della classe, provenienza dei ragazzi e loro esperienze legate allo sport

Regole per affrontare un'attività sportiva in sicurezza e serenità

Esposizione agli allievi della problematica legata all'impossibilità di effettuare le lezioni pratiche in palestra ed eventuali proposte per svolgere le lezioni in classe

Esercitazione sull'attenzione con test scritto a tempo

Suddivisione in gruppi e ricerca di frasi legate alla realtà sportiva.

Selezione della frase più interessante

Creazione di un manifesto con la frase scelta che verrà affisso alla porta della classe

Visione del film “LEZIONE DI SOGNI”

Relazione scritta e commento sul Film

Visione del film “IL CAMPIONE”

Relazione scritta sul film

Dal mese di dicembre si riprende l'attività pratica presso il Circolo DE COUBERTIN

Esercizi di potenziamento generale tonificazione e stretching

Semplici andature di preatletismo

Esercitazione sulla resistenza e coordinazione con la fune

Partite di Pallatutto

**ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE “PAOLO BOSELLI”**

ISTITUTO TECNICO PER IL TURISMO - ISTITUTO PROFESSIONALE PER I SERVIZI COMMERCIALI E SOCIO-SANITARI

**Badminton**

Lezione teorica: colpi fondamentali regole di gioco e di arbitraggio

Esercizi di coordinazione oculo-manuale per la sensibilizzazione a colpire il volano con la racchetta

Impostazione del dritto del rovescio e del servizio

Scambi a coppie o individualmente

Partite tra compagni

Mini Torneo

Test scritto sul Badminton

A partire dal 22/02/2020 le lezioni si sono svolte a distanza in video lezione

**DaD**

Misure di prevenzione da osservare in emergenza Corona Virus

Attività di 10000 passi al giorno per mantenere un corretto stile di vita

Importanza di muoversi quotidianamente per restare in salute

Visione del film “NON CI RESTA CHE VINCERE”

Relazione scritta e commento sul film

Video lezione sulla postura

Indicazione della postura corretta da assumere durante le video lezioni davanti al PC

Esercizi di defaticamento e rilassamento

Test sulla Postura

Scheda di HOMFITNESS per il mantenimento della forma fisica restando a casa

Regole di sicurezza per la pratica sportiva in casa

Lezione e schede sul FAIR PLAY

Test di verifica

Presentazione di un report sull'attività svolta in DaD di Scienze Motorie

**Integrazione PIA**

La Docente non ritiene necessario integrare la programmazione svolta, ritenendola adeguata ad affrontare la classe successiva.



UNIONE EUROPEA

**FONDI  
STRUTTURALI  
EUROPEI**

**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

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

## **ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE "PAOLO BOSELLI"**

ISTITUTO TECNICO PER IL TURISMO - ISTITUTO PROFESSIONALE PER I SERVIZI COMMERCIALI E SOCIO-SANITARI

**ATTIVITA' ASSEGNATE PER COLMARE LE LACUNE  
DI VALUTAZIONI RIPORTATE ALLA SUFFICIENZA  
(Recupero Autonomo)**

**ARGOMENTI FONDAMENTALI  
OGGETTO DELLE PROVE D'ESAME DI SETTEMBRE  
(Sospensione del Giudizio)**



**ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE “PAOLO BOSELLI”**

ISTITUTO TECNICO PER IL TURISMO - ISTITUTO PROFESSIONALE PER I SERVIZI COMMERCIALI E SOCIO-SANITARI

**ATTIVITA' ASSEGNATE PER COLMARE LE LACUNE  
DI VALUTAZIONI RIPORTATE ALLA SUFFICIENZA  
(Recupero Autonomo)**



**ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE “PAOLO BOSELLI”**

ISTITUTO TECNICO PER IL TURISMO - ISTITUTO PROFESSIONALE PER I SERVIZI COMMERCIALI E SOCIO-SANITARI

**Torino, il**

**Il Docente**