

**Programmazione integrativa  
in seguito all'introduzione della didattica a distanza**

**Indicazioni soggette a modifica sulla base della prosecuzione della didattica a distanza  
e delle successive indicazioni ministeriali**

Docente: Lepore Teresa

Classe: Prima Media A

Disciplina: Educazione Fisica

**Modifiche essenziali rispetto alla programmazione prevista nel curriculum**

Le modifiche nella materia dell'educazione fisica riguardano l'introduzione di argomenti teorici;

- La fase del riscaldamento come prima tappa dell'attività fisica.
- Gli attrezzi sportivi e i campi da gioco.
- L'importanza dei giochi di squadra "il gioco improntato sul fair play".
- Teoria sul gioco e regole della pallavolo.
- Movimento e salute fisica "la piramide del movimento".

**Principali modalità di realizzazione della didattica a distanza**

- Assegnazione di compiti sulla piattaforma Collabora tramite: dispense, ricerche, video disponibili in rete, test a selezione multipla.
- Videolezioni occasionali, durante le quali sono stati proposti semplici esercizi fisici.

**Materiali di studio proposti, ad integrazione del libro di testo e ad integrazione o in sostituzione di quanto già previsto nella programmazione disciplinare**

- Utilizzo per la parte teorica del libro di testo parte digitale
- Schede di esercizi da compilare
- Visione di filmati

**Valutazioni e verifiche**

- Discussione e commento durante le videolezioni, del lavoro svolto a casa.
- Svolgimento di ricerche proposte in piattaforma
- Questionari nel corso delle videolezioni
- Esecuzione di esercizi pratici durante le videolezioni
- Piccole sfide sportive da eseguire a casa.

Per i criteri di valutazione si rinvia a quanto indicato nel Piano dell'offerta formativa e alle deliberazioni del Collegio docenti

*Luogo e data*

Parigi 20 aprile 2020

*Firma*

*Teresa Lepore*

**Programmazione integrativa  
in seguito all'introduzione della didattica a distanza**

**Indicazioni soggette a modifica sulla base della prosecuzione della didattica a distanza  
e delle successive indicazioni ministeriali**

Docente: Lepore Teresa

Classe: Prima Media B

Disciplina: Educazione Fisica

**Modifiche essenziali rispetto alla programmazione prevista nel curriculum**

Le modifiche nella materia dell'educazione fisica riguardano l'introduzione di argomenti teorici;

- La fase del riscaldamento come prima tappa dell'attività fisica.
- Gli attrezzi sportivi e i campi da gioco.
- L'importanza dei giochi di squadra "il gioco improntato sul fair play".
- Teoria sul gioco e regole della pallavolo.
- Movimento e salute fisica "la piramide del movimento".

**Principali modalità di realizzazione della didattica a distanza**

- Assegnazione di compiti sulla piattaforma Collabora tramite: dispense, ricerche, video disponibili in rete, test a selezione multipla.
- Videolezioni occasionali, durante le quali sono stati proposti semplici esercizi fisici.

**Materiali di studio proposti, ad integrazione del libro di testo e ad integrazione o in sostituzione di quanto già previsto nella programmazione disciplinare**

- Utilizzo per la parte teorica del libro di testo parte digitale
- Schede di esercizi da compilare
- Visione di filmati

**Valutazioni e verifiche**

- Discussione e commento durante le videolezioni, del lavoro svolto a casa.
- Svolgimento di ricerche proposte in piattaforma
- Questionari nel corso delle videolezioni
- Esecuzione di esercizi pratici durante le videolezioni
- Piccole sfide sportive da eseguire a casa.

Per i criteri di valutazione si rinvia a quanto indicato nel Piano dell'offerta formativa e alle deliberazioni del Collegio docenti

*Luogo e data*

Parigi 20 aprile 2020

*Firma*

*Teresa Lepore*

**Programmazione integrativa  
in seguito all'introduzione della didattica a distanza**

**Indicazioni soggette a modifica sulla base della prosecuzione della didattica a distanza  
e delle successive indicazioni ministeriali**

Docente: Lepore Teresa

Classe: Seconda Media

Disciplina: Educazione Fisica

**Modifiche essenziali rispetto alla programmazione prevista nel curriculum**

Le modifiche nella materia dell'educazione fisica riguardano l'introduzione di argomenti teorici;

- Le attività espressive: movimento e ritmo, movimento e musica, la danza e il mimo.
  
- Le discipline circensi, per lo sviluppo delle capacità manipolative, di coordinazione e di equilibrio.
  
- Educazione alla salute: la buona alimentazione.

**Principali modalità di realizzazione della didattica a distanza**

- Assegnazione di compiti sulla piattaforma Collabora tramite: dispense, ricerche, video disponibili in rete, test a selezione multipla.
  
- Videolezioni occasionali, durante le quali sono stati proposti semplici esercizi fisici.

**Materiali di studio proposti, ad integrazione del libro di testo e ad integrazione o in sostituzione di quanto già previsto nella programmazione disciplinare**

- Utilizzo per la parte teorica del libro di testo parte digitale
- Schede di esercizi da compilare
- Visione di filmati

**Valutazioni e verifiche**

- Discussione e commento durante le videolezioni, del lavoro svolto a casa.
- Svolgimento di ricerche proposte in piattaforma
- Questionari nel corso delle videolezioni
- Esecuzione di esercizi pratici durante le videolezioni
- Piccole sfide sportive da eseguire a casa.

Per i criteri di valutazione si rinvia a quanto indicato nel Piano dell'offerta formativa e alle deliberazioni del Collegio docenti

*Luogo e data*

Parigi 20 aprile 2020

*Firma*

*Teresa Lepore*

**Programmazione integrativa  
in seguito all'introduzione della didattica a distanza**

**Indicazioni soggette a modifica sulla base della prosecuzione della didattica a distanza  
e delle successive indicazioni ministeriali**

Docente: Lepore Teresa

Classe: Terza Media

Disciplina: Educazione Fisica

**Modifiche essenziali rispetto alla programmazione prevista nel curriculum**

Le modifiche nella materia dell'educazione fisica riguardano l'introduzione di argomenti teorici;

- Teoria del gioco del Badminton: le regole principali, i fondamentali tecnici.
- La respirazione e la frequenza respiratoria.
- Il battito cardiaco e la frequenza cardiaca.
- Iniziare l'attività fisica: il riscaldamento.
- Terminare l'attività fisica: il defaticamento.
- L'allenamento attraverso "Circuit Training".
- Salute e alimentazione "nutrirsi bene per essere in salute".

**Principali modalità di realizzazione della didattica a distanza**

- Assegnazione di compiti sulla piattaforma Collabora tramite: dispense, ricerche, video disponibili in rete, test a selezione multipla.

- Videolezioni occasionali, durante le quali sono stati proposti semplici esercizi fisici.

**Materiali di studio proposti, ad integrazione del libro di testo e ad integrazione o in sostituzione di quanto già previsto nella programmazione disciplinare**

- Utilizzo per la parte teorica del libro di testo parte digitale
- Schede di esercizi da compilare
- Visione di filmati

**Valutazioni e verifiche**

- Discussione e commento durante le videolezioni, del lavoro svolto a casa.
- Svolgimento di ricerche proposte in piattaforma
- Questionari nel corso delle videolezioni
- Esecuzione di esercizi pratici durante le videolezioni
- Piccole sfide sportive da eseguire a casa.

Per i criteri di valutazione si rinvia a quanto indicato nel Piano dell'offerta formativa e alle deliberazioni del Collegio docenti

*Luogo e data*

Parigi 20 aprile 2020

*Firma*

*Teresa Lepore*



**Programmazione integrativa  
in seguito all'introduzione della didattica a distanza**

**Indicazioni soggette a modifica sulla base della prosecuzione della didattica a distanza  
e delle successive indicazioni ministeriali**

Docente: Lepore Teresa

Classe: I Liceo A

Disciplina: Scienze Motorie

**Modifiche essenziali rispetto alla programmazione prevista nel curriculum**

Le modifiche nella materia di scienze motorie riguardano l'introduzione di argomenti teorici;

- Atletica Leggera e le varie specialità: la staffetta, la corsa a ostacoli, la corsa veloce e la partenza dai blocchi.
- Giochi di Squadra: la Pallacanestro, i fondamentali individuali, ruoli dei giocatori, le regole di gioco e l'arbitraggio.
- Salute e alimentazione.
- Gli effetti psicologici del movimento

**Principali modalità di realizzazione della didattica a distanza**

- Assegnazione di compiti sulla piattaforma Collabora tramite: dispense, ricerche, video disponibili in rete, test a selezione multipla.

- Videolezioni durante le quali sono stati proposti semplici esercizi fisici, slide per spiegazione dei vari argomenti, proiezione di video relativi alla tecnica di esecuzione dei fondamentali tecnici affrontati.

**Materiali di studio proposti, ad integrazione del libro di testo e ad integrazione o in sostituzione di quanto già previsto nella programmazione disciplinare**

- Utilizzo per la parte teorica del libro di testo parte digitale
- Schede di esercizi da compilare
- Visione di filmati

**Valutazioni e verifiche**

- Discussione e commento durante le videolezioni, del lavoro svolto a casa.
- Svolgimento di ricerche proposte in piattaforma
- Questionari nel corso delle videolezioni
- Esecuzione di esercizi pratici durante le videolezioni
- Piccole sfide sportive da eseguire a casa.

Per i criteri di valutazione si rinvia a quanto indicato nel Piano dell'offerta formativa e alle deliberazioni del Collegio docenti

*Luogo e data*

Parigi 20 aprile 2020

*Firma*

*Teresa Lepore*

**Programmazione integrativa  
in seguito all'introduzione della didattica a distanza**

**Indicazioni soggette a modifica sulla base della prosecuzione della didattica a distanza  
e delle successive indicazioni ministeriali**

Docente: Lepore Teresa

Classe: I Liceo B

Disciplina: Scienze Motorie

**Modifiche essenziali rispetto alla programmazione prevista nel curriculum**

Le modifiche nella materia di scienze motorie riguardano l'introduzione di argomenti teorici;

- Atletica Leggera e le varie specialità: la staffetta, la corsa a ostacoli, la corsa veloce e la partenza dai blocchi.
- Giochi di Squadra: la Pallacanestro, i fondamentali individuali, ruoli dei giocatori, le regole di gioco e l'arbitraggio.
- Salute e alimentazione.
- Gli effetti psicologici del movimento

**Principali modalità di realizzazione della didattica a distanza**

- Assegnazione di compiti sulla piattaforma Collabora tramite: dispense, ricerche, video disponibili in rete, test a selezione multipla.

- Videolezioni durante le quali sono stati proposti semplici esercizi fisici, slide per spiegazione dei vari argomenti, proiezione di video relativi alla tecnica di esecuzione dei fondamentali tecnici affrontati.

**Materiali di studio proposti, ad integrazione del libro di testo e ad integrazione o in sostituzione di quanto già previsto nella programmazione disciplinare**

- Utilizzo per la parte teorica del libro di testo parte digitale
- Schede di esercizi da compilare
- Visione di filmati

**Valutazioni e verifiche**

- Discussione e commento durante le videolezioni, del lavoro svolto a casa.
- Svolgimento di ricerche proposte in piattaforma
- Questionari nel corso delle videolezioni
- Esecuzione di esercizi pratici durante le videolezioni
- Piccole sfide sportive da eseguire a casa.

Per i criteri di valutazione si rinvia a quanto indicato nel Piano dell'offerta formativa e alle deliberazioni del Collegio docenti

*Luogo e data*

Parigi 20 aprile 2020

*Firma*

*Teresa Lepore*

**Programmazione integrativa  
in seguito all'introduzione della didattica a distanza**

**Indicazioni soggette a modifica sulla base della prosecuzione della didattica a distanza  
e delle successive indicazioni ministeriali**

Docente: Lepore Teresa

Classe: II Liceo

Disciplina: Scienze Motorie

**Modifiche essenziali rispetto alla programmazione prevista nel curriculum**

Le modifiche nella materia di scienze motorie riguardano l'introduzione di argomenti teorici;

- L'efficienza fisica e l'allenamento sportivo.
- Esercizi base per programmare un allenamento.
- I giochi sportivi con la racchetta: il badminton e il tennistavolo.
- L'attività fisica: una risorsa per la salute.
- Alterazioni della postura e i paramorfismi.

**Principali modalità di realizzazione della didattica a distanza**

- Assegnazione di compiti sulla piattaforma Collabora tramite: dispense, ricerche, video disponibili in rete, test a selezione multipla, tabelle da compilare.
- RegISTRAZIONI video sportivi disponibili in rete.

**Materiali di studio proposti, ad integrazione del libro di testo e ad integrazione o in sostituzione di quanto già previsto nella programmazione disciplinare**

- Utilizzo per la parte teorica del libro di testo parte digitale
- Schede di esercizi da compilare
- Visione di filmati sportivi.

**Valutazioni e verifiche**

- Svolgimento di ricerche proposte in piattaforma
- Test a selezione multipla.
- Tabelle da compilare proposte in piattaforma.

Per i criteri di valutazione si rinvia a quanto indicato nel Piano dell'offerta formativa e alle deliberazioni del Collegio docenti

*Luogo e data*

Parigi 20 aprile 2020

*Firma*

*Teresa Lepore*

**Programmazione integrativa  
in seguito all'introduzione della didattica a distanza**

**Indicazioni soggette a modifica sulla base della prosecuzione della didattica a distanza  
e delle successive indicazioni ministeriali**

Docente: Lepore Teresa

Classe: III Liceo

Disciplina: Scienze Motorie

**Modifiche essenziali rispetto alla programmazione prevista nel curriculum**

Le modifiche nella materia di scienze motorie riguardano l'introduzione di argomenti teorici;

- L'efficienza fisica e l'allenamento sportivo.
- Esercizi base per programmare un allenamento.
- I giochi sportivi con la racchetta; Il badminton e il tennistavolo.
- L'attività fisica: Una risorsa per la salute.
- Alterazioni della postura e i paramorfismi.

**Principali modalità di realizzazione della didattica a distanza**

- Assegnazione di compiti sulla piattaforma Collabora tramite: dispense, ricerche, video disponibili in rete, test a selezione multipla, tabelle da compilare.
- Registrazioni video disponibili in rete.

**Materiali di studio proposti, ad integrazione del libro di testo e ad integrazione o in sostituzione di quanto già previsto nella programmazione disciplinare**

- Utilizzo per la parte teorica del libro di testo parte digitale
- Schede di esercizi da compilare
- Visione di filmati sportivi.

**Valutazioni e verifiche**

- Svolgimento di ricerche proposte in piattaforma.
- Test a selezione multipla.
- Tabelle da compilare proposte in piattaforma.

Per i criteri di valutazione si rinvia a quanto indicato nel Piano dell'offerta formativa e alle deliberazioni del Collegio docenti

*Luogo e data*

Parigi 20 aprile 2020

*Firma*

*Teresa Lepore*



**Programmazione integrativa  
in seguito all'introduzione della didattica a distanza**

**Indicazioni soggette a modifica sulla base della prosecuzione della didattica a distanza  
e delle successive indicazioni ministeriali**

Docente: Lepore Teresa

Classe: IV Liceo

Disciplina: Scienze Motorie

**Modifiche essenziali rispetto alla programmazione prevista nel curriculum**

Le modifiche nella materia di scienze motorie riguardano l'introduzione di argomenti teorici;

- L'efficienza fisica e l'allenamento sportivo.
  
- Esercizi base per programmare un allenamento.
  
- La teoria del gioco della Pallacanestro: fondamentali individuali di difesa e di attacco, regole di gioco, ruolo dei giocatori e arbitraggio.
  
- Tecniche di allenamento alternative: il metodo pilates, il training autogeno, lo yoga.
  
- Classificazione delle capacità motorie: capacità condizionali e coordinative.
  
- L'alimentazione dello sportivo.
  
- Sport e integratori: quando sono davvero necessari.

### **Principali modalità di realizzazione della didattica a distanza**

- Assegnazione di compiti sulla piattaforma Collabora tramite: dispense, ricerche, video disponibili in rete, test a selezione multipla, tabelle da compilare.
- Registrazioni video disponibili in rete.

### **Materiali di studio proposti, ad integrazione del libro di testo e ad integrazione o in sostituzione di quanto già previsto nella programmazione disciplinare**

- Utilizzo per la parte teorica del libro di testo parte digitale.
- Schede di esercizi.
- Visione di filmati sportivi.
- Tutorial sulle varie tecniche sportive.

### **Valutazioni e verifiche**

- Svolgimento di ricerche proposte in piattaforma
- Test a selezione multipla.
- Tabelle di esercizi da compilare proposte in piattaforma Collabora.

Per i criteri di valutazione si rinvia a quanto indicato nel Piano dell'offerta formativa e alle deliberazioni del Collegio docenti

*Luogo e data*

Parigi 20 aprile 2020

*Firma*

*Teresa Lepore*