



LICEO STATALE "NICCOLÒ MACHIAVELLI"

www.liceomachiavelli-firenze.gov.it

Liceo Classico, Liceo Internazionale Linguistico,

Liceo Internazionale Scientifico

Liceo delle Scienze Umane, Liceo Economico-Sociale

Uffici Amministrativi: Via Santo Spirito, 39 – 50125 Firenze

tel. 055-2396302 - fax 055-219178

e-mail: liceomachiavelli.firenze@gmail.com - PEC:

fiis00100r@pec.istruzione.it



A.S. 209/2020

PROGRAMMA SVOLTO DI ED.FISICA

Classe 2^a Sez G Internazionale

DOCENTE: DONATELLA FALUGIANI

Attività ed esercizi a carico naturale
attività ed esercizi di opposizione e resistenza
attività ed esercizi eseguiti in varietà di ampiezza, di ritmo, in situazioni variate.
Staffette.

Giochi di squadra

-Ultimate frisbee:

Introduzione teorica del gioco .

Progressione didattica composta da: lanci da fermi e in movimento, lanci con presa da terra, i vari tipi di lanci, gioco ultimate frisbee .

- Palla tamburello:

Introduzione teorica del gioco .

Progressione didattica composta da: rimbalzi individuali, palleggi al muro, palleggi a coppie, partite di palla tamburello.

- Giochi tradizionali:

gioco dei 10 passaggi, palla avvelenata

-Atletica leggera:

La classe ha svolto alcune lezioni e test presso il campo sportivo Ridolfi.

Andature atletiche, partenza dai blocchi, salto in lungo.

- Baseball/softball:

la classe ha partecipato al progetto "Baseball/Softball" presso la palestra dell'impianto "Ridolfi" della durata di tre lezioni tenute da istruttori della società sportiva " Firenze Softball.

- Didattica a Distanza

Apparato scheletrico e articolare,

Baseball/Softball: regolamento e approfondimento teorico della tecnica di gioco.

Gli alunni

La docente

Firenze, 01/06/20



LICEO STATALE “NICCOLÒ MACHIAVELLI”

www.liceomachiavelli-firenze.gov.it

Liceo Classico, Liceo Internazionale Linguistico,

Liceo Internazionale Scientifico

Liceo delle Scienze Umane, Liceo Economico-Sociale

Uffici Amministrativi: Via Santo Spirito, 39 – 50125 Firenze

tel. 055-2396302 - fax 055-219178

e-mail: liceomachiavelli.firenze@gmail.com - PEC:

fiis00100r@pec.istruzione.it

