



a.s.	2021-22	Prof.	Stefania Basilico
classe	1cc	materia	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Libri di testo	"Tempo di sport" Ed. Verde Del Nista-Taselli Ed. G.D'Anna
----------------	---

Programma svolto

POTENZIAMENTO FISILOGICO: Contenuti:

- Coordinazione : andature e attività con funicelle(costruzione di una sequenza).
- Mobilità articolare e stretching.
- Test motori: salto in lungo da fermo, velocità navetta 10+10 m, funicelle, sospensione alla spalliera.

SPORT: Contenuti:

- GIOCHI POPOLARI E PRE-SPORTIVI.
- PALLAVOLO: approccio globale alla disciplina, esecuzione tecnica dei fondamentali. Regolamento
- SPORT DI RACCHETTA:TENNIS, BADMINTON E GO-BACK: approccio globale alla disciplina, esecuzione tecnica dei fondamentali. Regolamento.
- BASEBALL: approccio globale alla disciplina, esecuzione tecnica dei fondamentali. Regolamento.
- FRISBEE/ULTIMATE: approccio globale alla disciplina, esecuzione tecnica dei fondamentali. Regolamento.
- PALLACANESTRO: approccio globale alla disciplina, esecuzione tecnica dei fondamentali individuali. Regolamento

APPROFONDIMENTI TEORICI:

- Terminologia appropriata.
- Educazione civica: il Fair Play e creazione di una campagna pubblicitaria.
- Teoria e regole degli sport e dei giochi pre-sportivi affrontati.

Data	Firma del docente
Desio, 01/06/2022	BASILICO STEFANIA Firmato con firma elettronica avanzata
Firme di due studenti della classe	