

 LICEO STATALE SCIENTIFICO E CLASSICO "E. MAJORANA" DESIO (MB)	<b>PROGRAMMA SVOLTO</b>	MD 01 05 R1 (2024-04-12)
		Pagina 1 di 1

A.S.	Classe	Disciplina	Docente
2023/2024	1A	Scienze motorie	Prof.ssa Stefania Basilico

### Libri di testo

- Del Nista, Tasselli– Tempo di Sport Ed.Verde (G. D’Anna)

### Programma svolto

- POTENZIAMENTO FISILOGICO:  
 Coordinazione : andature e attività con funicelle (costruzione di una sequenza).  
 Mobilità articolare e stretching.  
 Velocità: attività coordinative, sprint e reattività.  
 Test motori: 20m.
- GIOCHI POPOLARI E PRE-SPORTIVI.
- PALLAVOLO: approccio globale alla disciplina, esecuzione tecnica dei fondamentali. Regolamento.
- SPORT DI RACCHETTA: GO-BACK: approccio globale alla disciplina, esecuzione tecnica dei fondamentali. Regolamento.
- FRISBEE/ULTIMATE: approccio globale alla disciplina, esecuzione tecnica dei fondamentali. Regolamento.
- TORNEI interni di badminton, pallavolo 3 contro 3; pallacanestro 3vs3; street racket; calcio 3vs3.
- APPROFONDIMENTI TEORICI: terminologia appropriata; teoria e regole degli sport e dei giochi pre-sportivi affrontati.
- EDUCAZIONE CIVICA: il FAIR PLAY: cos’ è il Fair Play?; “La carta del Fair Play”; “ Codice di etica sportiva”; visione video di eventi di Fair Play e di Unfair Play; progettazione e realizzazione di una campagna pubblicitaria.

Desio, 8 giugno 2024

Firmato dagli studenti rappresentanti di classe con firma elettronica avanzata

Il docente

STEFANIA BASILICO

Firmato con firma elettronica avanzata