



PROGRAMMA SVOLTO

Anno scolastico: 2017-2018

Classe: 5M

Docente: Mariscotti Paola

Disciplina: Scienze Motorie e Sportive

MODULO 1

LA PERCEZIONE DI SÉ ED IL COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO DELLE CAPACITÀ MOTORIE ED ESPRESSIVE

Osservare e interpretare i fenomeni connessi al mondo dell'attività motoria e sportiva

- Esercizi a corpo libero e con piccoli e grandi attrezzi per migliorare le capacità coordinative e condizionali. Percorsi di destrezza, acrosport
- Test motori sulle capacità coordinative e condizionali: Test di Leger, test dell'esagono, sargent test, palla medica
- Ball handling

MODULO 2

LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY

Applicare le strategie tecnico-tattiche dei giochi sportivi, affrontare il confronto agonistico con un'etica corretta, con rispetto delle regole e vero fair play.

- Giochi sportivi di squadra: hitball, pallavolo, unihockey, dogeball
- Atletica: 100 metri, salto in alto, getto del peso
- Nuoto

MODULO 3

RELAZIONE CON L'AMBIENTE NATURALE E TECNOLOGICO

Mettere in atto comportamenti responsabili nei confronti del comune patrimonio ambientale, tutelando lo stesso ed impegnandosi in attività ludiche e sportive in diversi ambiti

- Trekking sul territorio e alla polveriera

Ivrea, 6 giugno 2018