

PROGRAMMA SVOLTO

ANNO SCOLASTICO: 2016/ 2017

MATERIA: scienze motorie e sportive

INSEGNANTE:

Cellone Maria Cristina

CLASSE: 4

SETTORE: ottico odontotecnico

INDIRIZZO: ottico-odontotecnico

NUMERO ORE DI LEZIONE SVOLTE: 58

SUL NUMERO CONVENZIONALE DI ORE PREVISTE: 66 (33 settimane x _ h settimanali)

(da far firmare per presa visione ai rappresentanti degli allievi)

MODULO 1

Titolo: Miglioramento capacità motorie coordinative

CONTENUTI (descrizione degli argomenti sviluppati):

- Giochi tradizionali
- Giochi con piccoli attrezzi
- Esercizi di orientamento
- Percorsi
- Giochi di collaborazione

MODULO 2

Titolo: potenziamento e conoscenza tattica sportiva

CONTENUTI (descrizione degli argomenti sviluppati):

- Miglioramento capacità motorie di base e potenziamento
- Conoscenza e sviluppo di tecniche sportive
- Pallavolo
- Calcetto
- Orienteering
- Beach volley
- Bowling

MODULO 3

Titolo: teoria scienze motorie

CONTENUTI (descrizione degli argomenti sviluppati):

- teoria allenamento
- BLS tecnica

Savona, _____

Allievi

Il docente _____	Per presa visione: Il Dirigente Scolastico _____
---------------------	--