

PROGRAMMA SVOLTO DI SCIENZE MOTORIE
Anno Scolastico 2018/2019

Istituto Salvemini Duca D'Aosta
Materia: Scienze Motorie
Classe: 2°D AFM
Docente: Prof.ssa Cristina Seghi
Libro di testo: Scienze Motorie e sportive di Marco Guazzini

CONTENUTI TEORICI

- IL corpo umano (cellula, tessuti, apparati, come si distingue)
- Collocazione del corpo umano nello spazio (assi, piani, direzioni, posture, movimenti)
- Accenni sull'Apparato Locomotore: Ossa, Muscoli, Articolazioni
- Regole e Fondamentali del Gioco della Pallavolo
- Regole e fondamentali del Gioco della Pallacanestro
- Regole e fondamentali del Gioco della Pallamano

CONTENUTI PRATICI

- Rielaborazioni degli schemi motori di base
- Potenziamento fisiologico a carico naturale
- Consolidamento del carattere, sviluppo della socialità e del senso civico attraverso la pratica delle attività sportive sia individuali che di squadra. (atletica leggera, ping pong, pallavolo, basket, calcetto)

La programmazione didattica ha previsto uno sviluppo equilibrato e un consapevole benessere psicofisico, tramite il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive, acquisendo una buona preparazione motoria ed una discreta consapevolezza della propria corporeità. Inoltre la pratica sportiva individuale e di squadra ha permesso di assimilare i valori sociali dello sport e del fair play.

E' stata usata la Palestra e le attrezzature del cortile interno dell'Istituto.

I primi giorni del mese di Ottobre è stato effettuato alla Associazione Assi Giglio Rosso, un test di ingresso, tramite le specialità principali della atletica leggera.

Alcuni ragazzi hanno partecipato nel mese di Novembre alle Gare del Trofeo Conad 'Il più forte più veloce più resistente' della società Firenze Marathon e nel Pentamestre alle Gare di atletica su pista del Trofeo Assi Giglio Rosso.

Ci sono stati anche alcuni allievi che si sono distinti nelle rappresentative della Scuola ai Campionati Studenteschi.

Nel Mese di Gennaio la classe è stata al Teatro di Rifredi a vedere la rappresentazione di Andrea Zorzi nella 'Leggenda del pallavolista volante'

La valutazione con verifiche iniziali per stabilire i livelli di partenza e serie di verifiche durante l'anno scolastico, ha tenuto conto anche dell'impegno, dell'interesse, della partecipazione, nonché il rispetto delle regole e dell'ambiente e delle attrezzature.

Firenze 01/06/2019