

**MATERIA: Scienze motorie Sportive**

**DOCENTE: Maurizio Pasqualini**

**PROGRAMMA SVOLTO**

**- CLASSE 5<sup>A</sup>\_B\_\_INDIRIZZO**

<b>Conoscenze</b>	Regole delle attività sportive. Cura del proprio corpo. Principali traumi connessi all'attività sportiva Alimentazione (regole base) Effetti dell'attività sportiva agonistica ed amatoriale
<b>Abilità/capacità</b>	Controllo del movimento in situazione di attività individuale Dinamiche e gesti tecnici nei principali giochi di squadra. Ampliamento degli schemi motori con adattamento alle diverse situazioni
<b>Competenze</b>	Conoscenza e cura del proprio corpo ed adattamento in situazioni diversificate

Modulo	Unità di apprendimento	Tempi [h]
volley	8	20
basket	8	16
pallamano	6	16
Calcio	6	12
ULTIMATE FRISBEE	4	8

Conoscenze	Abilità/capacità	Competenze
------------	------------------	------------

Regole delle attività sportive	La specializzazione sportiva	Transfert della abilità nei diversi sport con adattamento e trasformazione dei gesti motori
--------------------------------	------------------------------	---

**VERIFICHE EFFETTUATE: 6**

Torino, \_\_\_\_\_

Firma del docente

\_\_\_\_\_

I rappresentanti di classe

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_