

Anno scolastico 2016/2017

Docente: Baretta Stefano

Materia: Scienze Motorie e Sportive

Classe: 2^AB

Indirizzo: Liceo Linguistico

Istituto di Istruzione Superiore – LICEO BOCCHI-GALILEI	PROGRAMMA SVOLTO	Mod. 7.1-01-44 Rev. 2 del 01/02/14 Pag. 2/2
--	-------------------------	--

<u>Argomenti</u> (indicare anche eventuali percorsi di ripasso)	<u>Capitoli e/o pagine</u>
Percorsi atletici e tecniche di allungamento muscolare	
Potenziamento e miglioramento di tutte le capacità coordinative	
Esercitazioni singole, a coppie, a piccoli gruppi e in circuito per le capacità di differenziazione cinestesica, ritmo, combinazione dei movimenti, ritmo ed equilibrio	
Proposte a piccoli gruppi di esercitazioni coordinative	
Fondamentali del Basket in libera esplorazione e regolamento	
Apprendimento del palleggio, passaggio, ricezione, tiro a coppie e a gruppi	
Applicazione dei fondamentali attraverso attività propedeutiche e pratica con applicazione delle regole	
La sicurezza in palestra	
Fondamentali di pallavolo a coppie	
Applicazione dei fondamentali di pallavolo attraverso il gioco	
Teoria: le capacità coordinative	Da pag. 160 a pag. 185
Educazione alla sicurezza	Da pag. 222 a pag. 240
UDA: L'acqua tra storia mito e realtà	

DATA _____ **FIRMA DEL DOCENTE** _____

Firme dei rappresentanti di classe _____ / _____