

**Anno scolastico 2017/2018**

**Docente : MICHELA MAINARDI**

**Materia : SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

**Classe : 2A**

**Indirizzo :SCIENZE UMANE**

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

<u><b>Argomenti</b></u> (indicare anche eventuali percorsi di ripasso)	<u><b>Capitoli e/o pagine</b></u>
Esercizi posturali, preatletici e di sviluppo capacità motorie coordinative e condizionali.	
Percorsi e circuiti di destrezza e forza.	
Esercizi di rinforzo muscolare, mobilità articolare e coordinazione generale eseguiti a corpo libero e agli attrezzi	
Ginnastica educativa.	
Ginnastica artistica: pre-acrobatica al suolo	
Comunicazione non verbale: laboratorio d'immagine, lavoro di gruppo.	
Pallavolo: fondamentali individuali di attacco e difesa. Gioco.	
Pallacanestro: i fondamentali, palleggio, passaggi, tiri piazzati	
Baseball: schemi base di gioco	
Ginnastica ritmica: i piccoli attrezzi.	
Badminton	
Calcio-tennis	
Goback	
Teoria : La comunicazione non verbale	
UDA: la globalizzazione, le danze multietniche.	

DATA \_\_\_\_\_

FIRMA DEL DOCENTE \_\_\_\_\_

Firme dei rappresentanti di classe \_\_\_\_\_