



PROGRAMMA SVOLTO

Docente	BROCCHETTI IGOR
Materia:	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
Classe:	4M
a. s.:	2021/2022

N. mod.	Titolo del modulo	Argomenti e attività svolte
1	MOVIMENTO E LINGUAGGI DEL CORPO	Presenza di coscienza del proprio corpo e utilizzo delle sue potenzialità condizionali e coordinative. Consolidamento degli schemi motori di base (sviluppo delle capacità coordinative) Sviluppo delle qualità fisiche (forza-velocità-resistenza)
2	GIOCO E SPORT	Acquisizione degli elementi fondamentali nei giochi di squadra e nelle discipline individuali. Atletica leggera: la resistenza, la velocità La pallavolo La pallacanestro Il badminton Il nuoto Percorso motorio (prova parallela) Il calcio a 5 L'ultimate frisbee Giochi logico-motori Fair play e funzioni di arbitraggio
3	SALUTE E BENESSERE	Il regolamento della palestra Rilassamento e ginnastica posturale Prevenzione infortuni
4	NATURA E TECNOLOGIA	Attività motorie e sportive in ambiente naturale Preparazione e presentazione di elaborati in forma digitale su diversi sport con ricerche di materiale in rete.