

PROGRAMMA DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

a.s. 2016/2017

classe 5 BSA

Obiettivi disciplinari:

cercare di ottenere un più completo ed adeguato sviluppo della personalità, attraverso il potenziamento delle proprie capacità motorie e di coordinazione. Presa di coscienza dei propri limiti e delle proprie abilità.

Saper lavorare in gruppo per raggiungere un obiettivo comune sapendo apportare il proprio contributo e apprezzando quello dei compagni.

Conoscere il regolamento dei vari sport di squadra e saper effettuare i fondamentali delle varie discipline.

Contenuti:

-Esercizi di coordinazione e potenziamento sia con lavoro individuale che a coppie

-conoscenza e pratica di sport individuali (Tennis-Badminton-Tiro con l'arco-nuoto e salvamento, BOWLING)

-Conoscenza e pratica di sport di squadra(basket-volley-Baseball-Hockey-Calcio)

-conoscenza e pratica di giochi tradizionali (palla avvelenata-palla prigioniera)

gli alunni

l' insegnante

(Giancarlo Brandani)
