



Programma svolto Anno scolastico 2022/2023

Materia: Scienze motorie e sportive

Docente: Doriana Vivaldo

Libro di testo: "Attivi" - Sport e sane abitudini. E. Chiesa, D.Taini, L.Montalbetti, A. Fiorini.

Marietti Scuola

Classe 1E

| | |
|--|---|
| Percezione di se, sviluppo delle capacità motorie ed espressive | <ul style="list-style-type: none">• Test preliminari• Attività per lo sviluppo e il miglioramento delle capacità motorie• Esercizi a carico naturale |
| Lo sport, le regole e il fair play | <ul style="list-style-type: none">• Esercitazioni sui fondamentali tecnici e tattici degli sport di squadra: basket, calcio, pallavolo.• Ultimate fresbee• Esercitazioni di acquaticità: gli scivolamenti e la respirazione in acqua• Lo stile dorso |
| Salute, benessere, sicurezza e prevenzione | <ul style="list-style-type: none">• Le norme di sicurezza in palestra e durante una lezione di scienze motorie |
| Relazione con l'ambiente | <ul style="list-style-type: none">• Educazione civica: attività all'aperto. |

Torino 09/06/2023

Firma Docente
Prof.ssa Doriana Vivaldo