



Programma svolto Anno scolastico 2023/2024

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 pallavolo.• Esercitazioni sui fondamentali individuali del tennis• Fondamentali del Tag rugby
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 01/06/2024

Firma Docente
Prof.ssa Doriana Vivaldo