

I.P.S.I.A. SIDERNO	PROGRAMMA CONSUNTIVO	A.S. 2018/19
-------------------------------	-----------------------------	-------------------------

SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Classe 4^a D

Docente: Miranda De Agostino

Sport e salute

- ✓ La struttura del sistema nervoso.
- ✓ I vari tipi di movimento.
- ✓ Perché è importante l'attività fisica per il sistema nervoso.
- ✓ I traumi e le patologie del sistema nervoso.

Attività motorie

- ✓ Esercizi per rielaborare le capacità coordinative e condizionali.
- ✓ Attività, in forma blanda, di potenziamento fisiologico generale.
- ✓ Esercitazioni motorie a coppie e/o per gruppi.
- ✓ Esercitazioni motorie pre-sportive e sportive.

Giochi di squadra

- ✓ Esercitazioni sui fondamentali dei giochi di squadra.
- ✓ Nozioni generali ed essenziali dei regolamenti dei giochi di squadra proposti.
- ✓ Arbitraggi guidati e/o autogestiti sul campo.

La docente

Gli alunni