

Scienze motorie anno scolastico 2025/2026
Programma svolto
Classe 2C
Professoressa Laura Canella

COMPETENZE DISCIPLINARI RICERCATE

Percezione di sé e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive: ampliamento delle capacità coordinative e condizionali per la realizzazione di movimenti complessi (abilità motorie)

LO SPORT E LE REGOLE DEL FAIR PLAY

Socializzazione del gruppo classe e consolidare ai valori dello sport ed educare ad una buona preparazione motoria. Partecipazione ed organizzazione di competizioni nella scuola, lavoro di equipe.

SALUTE BENESSERE E PREVENZIONE maturare uno stile di vita sano ed attivo

Pallavolo: affinamento dei fondamentali di base: palleggio bagher e battuta, schiacciata in forma globale, esercitazione di ricezione e costruzione di attacco.

Apprendimento e scelta dei ruoli nella squadra applicazione nel gioco con schema w, doppio alzatore

Calcetto: esercitazioni sulla tecnica di base. Il dominio del pallone, il controllo del pallone in arrivo, durante la corsa. Partite (con pallone di spugna all'interno della palestra e nella prima parte dell'anno)

Combinazioni di gioco

Basket: fondamentali individuali (cambio di senso, cambio di direzione, arresto, tiro, terzo tempo. Giochi a canestro

Dogball: partite

Tennis tavolo: doppio e singolo. Partite

Test condizionali: forza arti inferiori, superiori. Addominali

Ripasso apparato locomotore

Educazione civica: Olimpiadi invernali Milano Cortina 2026 e le Paraolimpiadi: lavori a gruppi

Cooperative learning in classe.

Partecipazione di alcuni allievi alle gare d'Istituto d'Atletica

Partecipazione di alcuni allievi alla gara di sci d'Istituto

L'insegnante.

Gli alunni

