



MINISTERO DELL'ISTRUZIONE E DEL MERITO

Liceo Scientifico Statale "Gaspere Aselli"

Via Palestro, 31/a - 26100 Cremona (CR)

Telefono: **0372/22051** (Centralino)

e-mail: segreteria@liceoaselli.it; e-mail: crps01000v@istruzione.it

e-mail: crps01000v@pec.istruzione.it, Sito: www.liceoaselli.edu.it;

C. F. 80003260199



PROGRAMMA SVOLTO

ANNO SCOLASTICO: 2022/23

DOCENTE: _GALLI LUIGI

DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

CLASSE:3D LIC

Modulo N°	Titolo del Modulo	Descrizione del contenuto	Strumenti/ materiali
1.	IL POTENZIAMENT O ORGANICO	Le corse di resistenza, i percorsi anaerobici e i giochi di squadra basati sulla resistenza .	Palestre e attrezzi ginnici
2.	LA COORDINAZION E MOTORIA	La conoscenza e acquisizione di schemi motori nuovi e il consolidamento dei precedenti, esercizi ginnici con e senza palla.	palestre e attrezzi
3.	AFFINAMENTO DELLE CAPACITA' COORDINATIVE	Correzione e interiorizzazione di schemi motori pre-acquisiti i e schemi posturali corretti	Palestre e attrezzi ginnici
4. 4	REGOLE E FONDAMENTALI DEI GIOCHI SPORTIVI	La conoscenza e lo sviluppo dei principali giochi sportivi attraverso la pratica e l'acquisizione delle basilari norme del gioco.	Attrezzi ginnici e palestre
5	ATTIVITA' LUDICHE ALL'APERTO	Attività in ambiente naturale	Ambiente esterno

Firma del docente

.....

Firma rappresentanti di classe

.....

.....



MINISTERO DELL'ISTRUZIONE E DEL MERITO

Liceo Scientifico Statale "Gaspere Aselli"

Via Palestro, 31/a - 26100 Cremona (CR)

Telefono: **0372/22051** (Centralino)

e-mail: segreteria@liceoaselli.it; e-mail: crps01000v@istruzione.it

e-mail: crps01000v@pec.istruzione.it, Sito: www.liceoaselli.edu.it;

C. F. 80003260199



Cremona/...../.....