**PROGRAMMA SVOLTO classi QUINTE**

ANNO SCOLASTICO: 2022/23

DOCENTE: GALLILUIGI DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE\_

CLASSE: 5ALIC

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Modulo N°** | **Titolo del Modulo** | **Descrizione del contenuto** | **Strumenti/materiali** |
|  | IL POTENZIAMENTO ORGANICO | Le corse di resistenza, i percorsi anaerobici e i giochi di squadra basati sulla resistenza . | Palestre e attrezzi ginnici |
|  | LA COORDINAZIONE MOTORIA | La conoscenza e acquisizione di schemi motori nuovi e il consolidamento dei precedenti, esercizi ginnici con e senza palla. | palestre e attrezzi |
|  | AFFINAMENTO DELLE CAPACITA’ COORDINATIVE | Correzione e interiorizzazione di schemi motori pre-acquisiti i e schemi posturali corretti | Èaòestre e attrezzi ginnici |
| 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 |
| **Contenuti svolti dopo il 15 maggio** |
| **5** | ATTIVITA’ LUDICHE | Attività all’aperto | Spazi in ambiente naturale |

Firma del docente

………...………………………………………………

Firma rappresentanti di classe

………...………………………………………………

………...………………………………………………

Cremona,