



PROGRAMMA EFFETTIVAMENTE SVOLTO

Anno Scolastico 2022 /2023

Classe/Sede: 5 A1 sede ITI

Docente: Catananti Rosario

Materia insegnata: Scienze motorie e sportive

CONTENUTI DISCIPLINARI

MODULI DIDATTICI	COMPETENZE DISCIPLINARI RELATIVE A CIASCUN MODULO	TEMPI
La resistenza	Essere consapevoli dei benefici indotti da una attività fisica	Settembre/ ttobre
Coordinazione e rapidità	Miglioramento abilità	Ottobre
Funicella	Attività di coordinazione e resistenza	Novembre
Sport di squadra	Conoscenza dei differenti sport	Dicembre
Il calcio	Conoscenza e principi dello sport	Gennaio
La pallavolo	Conoscenza e principi dello sport	Febbraio
Abilità condizionali	Forza e velocità	Marzo/aprile
Stile di vita sano	Essere consapevoli dei benefici indotti da una attività fisica praticata in forma regolare	Aprile/maggi o
Corretto stile di vita	Essere consapevoli dei benefici fisici e psicologici indotti da una attività fisica	Maggio

MODULI DIDATTICI	COMPETENZE DISCIPLINARI RELATIVE A CIASCUN MODULO	TEMPI
Capacità coordinative	Miglioramento abilità	Maggio/giugno
Il basket	Conoscenza e principi dello sport	Maggio/giugno

Valdagno, _____

*Firma degli studenti
rappresentanti di classe*

Walter Cucciani

Giulio Bertini

Firma del Docente

[Firma]
