Anno Scolastico 2018-2019

CLASSE 4 SEZ.D

PROGRAMMA DI: **SCIENZE MOTORIE**

INSEGNANTE: **GAMBINI MARIO**

TEMI	CONTENUTI	STRUMENTI
-Percezione di se e completamento dello sviluppo funzionale delle capacita motorie ed espressive	-Attività ed esercizi a carico naturale -Attività ed esercizi di opposizione e resistenza -Attività ed esercizi con piccoli attrezzi e a grandi attrezzi codificati e non -Attività ed esercizi di rilassamento, per il controllo segmentario e intersegmentario -Attività ed esercizi eseguiti in varietà di ampiezza, di ritmo, in situazioni spazio-temporali variate -Attività ed esercizi di equilibrio in situazione dinamiche complesse e in volo	-Palestra -Cortile attrezzato -Strumenti cronometrici e di misurazione -Palestra -Cortile attrezzato -Strumenti cronometrici e di misurazione
- Lo sport,le regole ed il fair play	-Attività sportive individuali : badminton -Attività sportive di squadra: pallavolo con approfondimenti sul fondamentale del muro-pallacanestro con approfondimenti sul tiro -Atletica leggera: salto in lungo-regolamento tecnico dei salti	-Palestra -Cortile attrezzato -Strumenti cronometrici e di misurazione
- Salute e benessere, sicurezza e prevenzione **Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico**	Micro e macro nutrienti -Apparato Respiratorio -Terminologia specifica	-Libro di testo

Prof.Mario Gambini
Firma autografa sostituita a mezzo stampa ai sensi dell'art. 3, comma 2 del D.Lgs. n. 39/199

Terni 5 giugno 2019