



PROGRAMMA SVOLTO

Docente	Marino Antonella
Materia:	Scienze Motorie e Sportive
Classe:	5D
a. s.:	2019/2020

N. mod.	Titolo del modulo	Argomenti e attività svolte
1	Consolidamento e sviluppo delle capacità motorie.	<ul style="list-style-type: none">- Presa di coscienza del proprio corpo e utilizzo delle sue potenzialità condizionali e coordinative.- Ristrutturazione degli schemi motori di base (sviluppo delle capacità coordinative).- Sviluppo delle qualità fisiche (forza- velocità - resistenza).
2	Pratica Sportiva.	Acquisizione degli elementi fondamentali dei seguenti sport individuali e di squadra: <ul style="list-style-type: none">- Atletica: corsa di resistenza- Nuoto- Badminton- Pallavolo- Basket

Palazzolo sull'Oglio, 08/06/2020

Prof. Marino Antonella