

PROGRAMMA SVOLTO
a.s. 2022/2023

del Prof. Barbara Meacci

Docente di Scienze motorie

nella classe 1 sez. A Indirizzo

n°ore settimanali 2 Sede "F.Forti" Monsummano Terme.

• **TESTO IN ADOZIONE**

Il corpo e i suoi linguaggi

Del Nista Parker Tasselli

G.D'Anna

• **ALTRO RIFERIMENTO BIBLIO/SITO-GRAFICO**

- **MODULI E UNITA' DIDATTICHE SVOLTE** (*specificare se in riferimento al testo in adozione o altro*)

MODULI E UU.DD. PROGRAMMATE	UU.DD. SVOLTE		
	In modo completo	In modo parziale	Non svolta
Mod: Apparato locomotore. U.D:apparato scheletrico	X		
Mod: Pronto soccorso. U.D: primo soccorso in caso di emergenza e primo soccorso nell'esercizio fisico.	X		
Mod: Teoria dei giochi sportivi di squadra con la palla.U.D: Pallavolo, pallacanestro.	X		
Mod: Teoria dell'atletica leggera.U.D: Corsa, salti e lanci.	X		
Mod: Movimenti del corpo umano. U.D: Le posizioni, i movimenti fondamentali e loro esecuzione pratica.	X		
Mod: Assi anatomici di riferimento.U.D: Assi e piani di lavoro relativi ai vari movimenti.	X		
Mod: Il riscaldamento, obiettivi ed effetti. U.D.: Attività ed esercizi di riscaldamento .	X		
Mod.:Lo stretching. U.D.:Attività ed esercizi di scarico della colonna vertebrale e per lo sviluppo della mobilità articolare	X		

Mod.: Capacità motorie coordinative .U.D.:Esercitazioni individuali, a corpo libero o con l'uso di piccoli attrezzi.	X
Mod.: Capacità motorie condizionali. U.D.: Attività ed esercizi specifici per lo sviluppo della forza, velocità, rapidità , resistenza e mobilità.	X
Mod.Giochi sportivi .U.D.:Fondamentali di base, tecnici e tattici di pallavolo, pallacanestro.	X
Mod.:Atletica leggera U.D.:Esercitazioni per le varie specialità dell'atletica leggera.	X

La classe ha partecipato al progetto di tennis tavolo

Data, 01//06/2023

L'Insegnante:

Barbara Meacci Barbara Meacci

L'ITP – Insegnante Tecnico Pratico
(ove presente)
