

ISTITUTO ISTRUZIONE SUPERIORE "A. AVOGADRO"

Materia: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Prof. BATTIGAGLIA DOMENICO

Classe: 4<sup>AM</sup>

ANNO SCOLASTICO 2017/2018

### PROGRAMMA SVOLTO

#### **Potenziamento delle capacità condizionali**

Argomenti: Dimostrare un miglioramento delle capacità condizionali (forza, velocità e resistenza), rispetto ai livelli di partenza e dimostrare un loro utilizzo adeguato alle diverse esperienze e ai vari contenuti tecnici.

#### **Affinamento delle capacità percettivo-coordinative; padronanza degli schemi motori di base**

Dimostrare di eseguire azioni motorie di difficoltà via via crescente in forma coordinata riutilizzando gli schemi motori di base (camminare, correre, saltare e lanciare) abbinandoli tra di loro e adattandoli alla risoluzione di differenti e complessi problemi motori.

#### **Sviluppo della socialità**

Capacità di migliorare i processi di integrazione, socializzazione e collaborazione all'interno del gruppo classe tramite l'attività sportiva.

#### **Conoscenza e pratica delle attività sportive**

Fondamentali dell'Atletica Leggera (corse, salti, lanci) -- Fondamentali degli sport di squadra – Fondamentali del Tennis tavolo.

Conoscenza delle caratteristiche tecniche, tattiche, organizzative degli sport di squadra (Pallavolo, Pallacanestro, Calcio, Hit-Ball). Rispetto delle regole-arbitraggio.

#### **Informazioni fondamentali sulla tutela della salute e della prevenzione degli infortuni**

Torino, 10/6/2018

Il docente

Domenico Battigaglia