PROGRAMMA CONSUNTIVO DI SCIENZE MOTORIE

PROF. : Francesca Romeo
Classe :3Ac
Anno Scolastico : 2014 /2015

ARGOMENTI TRATTATI

a) Esercizi a corpo libero : di mobilità articolare del busto, degli arti inferiori e superiori, di elasticità muscolare, di allungamento muscolare, di forza , velocità e resistenza.

b) Esercizi di coordinazione neuro muscolare.

c) Giochi sportivi : Tecnica, tattica ed arbitraggio di PALLAVOLO, PALLACANESTRO , ATLETICA LEGGERA e TENNIS TAVOLO.

d) Elementi di pronto soccorso, Alimentazione e principi nutritivi , Droghe (educazione e prevenzione) , Sindrome da immunodeficienza acquisita (aids), Educazione ambientale .

La valutazione finale, ha tenuto conto, oltre che delle verifiche relative agli argomenti trattati, anche dell'interesse e della partecipazione durante tutto l'anno scolastico.

DATA 05/06/2015