



ALFRED NOBEL ISTITUTO PARITARIO

PROGRAMMAZIONE ANNUALE A.S. 2024/2025

MATERIA SCIENZE MOTORIE PROF. FLAVIO LATTANZIO

Classe III SSan

ORE SETTIMANALI 2

ORE ANNUALI 64

MESE	TOT ORE	CONTENUTI
SETTEMBRE	4	<p>UD 1</p> <p>MODULO corpo e movimento nuclei tematici conoscenze abilità</p> <p>Rielaborazione dello schema motorio. Percezione oculo-manuale e spazio temporale.</p>
OTTOBRE	8	<p>UD 1</p> <p>MODULO corpo e movimento nuclei tematici conoscenze e abilità</p> <p>Miglioramento dei parametri funzionali con inizio di un buon trofismo muscolare.</p>
NOVEMBRE	8	<p>UD 1</p> <p>MODULO corpo e movimento nuclei tematici conoscenze e abilità</p> <p>Saper applicare in modo corretto le nuove acquisizioni in relazione ai cambiamenti del corpo. Esercizi di destrezza con piccoli attrezzi e a corpo libero.</p>
DICEMBRE	6	<p>UD 1</p> <p>MODULO corpo e movimento nuclei tematici conoscenze e abilità</p> <p>L'orientamento verso le attività come acquisizione di capacità e di raffronto con gli altri.</p>

GENNAIO	6	<p>UD 1</p> <p>MODULO corpo e movimento nuclei tematici conoscenze abilità</p> <p>Esercizi finalizzati alla cordinazione neuro-muscolare, esercizi respiratori e di rilassamento.</p>
FEBBRAIO	8	<p>UD 2</p> <p>MODULO dal gioco allo sport salute e sicurezza nuclei tematici conoscenze abilità</p> <p>Esercizi di avviamento alla pratica sportiva e propedeutici ai vari giochi. Cura dei fondamentali tecnici.</p>
MARZO	8	<p>UD 2</p> <p>MODULO dal gioco allo sport salute e sicurezza nuclei tematici conoscenze abilità</p> <p>Padroneggiare gesti tecnici specifici nell'ambito di gioco, conoscenza dei regolamenti e applicazione pratica.</p>
APRILE	8	<p>UD 2</p> <p>MODULO dal gioco allo sport salute e sicurezza nuclei tematici conoscenze e abilità</p> <p>Conoscenza e gestione del gioco di squadra sotto il profilo tecnico e emotivo. Orientamento all'uguaglianza e al fair play.</p>
MAGGIO	8	<p>UD 2</p> <p>MODULO dal gioco allo sport salute e sicurezza nuclei tematici conoscenze e abilità</p> <p>Conoscenza dei percorsi di preparazione sportiva adattata ai vari sport, saper riconoscere le funzioni dei vari apparati e sistemi durante l'attività motoria e prevenzione attraverso esercizi pre allenamento.</p>