

I.T.E.T. "BLAISE PASCAL" FOGGIA

A.S. 2021/2022

TRIENNIO

CLASSE V B SIA

PROGRAMMA DI SCIENZE MOTORIE

- Attività di rielaborazione e consolidamento dello schema corporeo.
- Attività ed esercizi di potenziamento fisiologico.
- Affinamento e integrazione degli schemi motori.
- Acquisizione di capacità per compiere azioni finalizzate al gesto economico ed efficace.
- Sviluppo della capacità organizzativa e della autonomia operativa.
- Miglioramento delle capacità condizionali e coordinative.
- Conoscenza ed uso degli attrezzi disponibili in palestra.
- Organizzazione di attività di arbitraggio di sport di squadra.
- Conoscenza della anatomia e della cinesiologia muscolare.

Il docente

Clemente Michele