



Ministero dell'Istruzione e del merito
Istituto d'Istruzione Superiore "MARCO POLO"
Località Boscone - Via La Madoneta 3 - 23823 COLICO

Tel. 0341/940413
Codice Fiscale: 92038240138 - C.M. LCIS003001 - Codice Univoco Ufficio UFGDY3
e-mail: lcis003001@istruzione.it pec mail: lcis003001@pec.istruzione.it
Sito web: www.marcopolocolico.edu.it

PROGRAMMA SVOLTO

DOCENTE	ILARIA PIPANI
DISCIPLINA	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
CLASSE	4C TUR

Argomenti trattati:

UNIHOKEY	Elementi tecnici di base: il passaggio, lo spostamento in campo e la conduzione della pallina con la stecca, semplice schema di gioco tecnica e tattica, regolamento del gioco e partite.
BADMINTON	Elementi tecnici di base: impugnatura al rovescio, al dritto, il servizio sottomano e di rovescio, il colpo sottomano e il Clear, colpo Drive. Torneo di classe "DOPPIO GIALLO".
PALLACANESTRO	Elementi tecnici di base: il palleggio, correre e palleggiare, il passaggio e il tiro a canestro, arresto ad un tempo, tiro in 3° tempo, tiro libero. Regolamento del gioco, fair play e rispetto dell'avversario.
ATLETICA LEGGERA	Getto del peso.
CAPACITA' COORDINATIVE E CONDIZIONALI	Pre-acrobatica: verticali, volteggio con framezzo flesso e divaricato. Esercizio di gruppo con il cerchio e la musica.
LA COMUNICAZIONE NON VERBALE (aspetti teorici)	Come avviene la comunicazione non verbale, i gesti i segni, il movimento spontaneo, l'empatia, il colloquio di lavoro.

Approfondimenti anche in riferimento all' Educazione civica:

NESSUNO	
---------	--

ATTIVITÀ DI AMPLIAMENTO DELL'OFFERTA FORMATIVA SVOLTE NELL'ANNO SCOLASTICO

TIPOLOGIA	OGGETTO	LUOGO	DURATA
Uscite didattiche			

Viaggio di istruzione			
Progetti ed iniziative	PROGETTO: "SPORT A 360°". Alcuni studenti hanno partecipato al torneo d'Istituto di Pallavolo e alle gare prov. di badminton.		
Incontri con esperti			

Colico, 06/06/23

L'Insegnante.

Flavia Ricci