

# LICEO SCIENTIFICO E. FERMI - BOLOGNA

## PROGRAMMAZIONE FINALE\* DI SCIENZE MOTORIE - CLASSE 1 F - A.S. 2022/2023

\*comprensive delle ore di esercitazione e verifiche

**Docente: Alessandra Bruno**

<b>1- Nucleo fondante: ABILITÀ MOTORIE SPORTIVE</b>	
Argomenti svolti in relazione al nucleo sopraccitato	<b>*Ore dedicate ad ogni argomento</b>
Elementi fondamentali di alcuni sport individuali e di squadra: Pallavolo Pallacanestro Calcetto Frisbee Elementi di ginnastica artistica (traslocazione su asse di equilibrio) Tennistavolo Spikeball	22
<b>2- Nucleo fondante: ABILITÀ MOTORIE ESPRESSIVE E PERCEZIONE DI SE'</b>	
Argomenti svolti in relazione al nucleo sopraccitato	<b>*Ore dedicate ad ogni argomento</b>
Rielaborazione degli schemi motori precedentemente appresi Miglioramento delle capacità motorie coordinative e condizionali, a corpo libero, con l'uso di piccoli attrezzi e con la musica. Elementi a corpo libero, con piccoli attrezzi e con l'uso di grandi attrezzi (funicella e asse di equilibrio) Elementi teorici in palestra: terminologia specifica delle posizioni e dei movimenti principali del corpo.	21
<b>3- Nucleo fondante: HIP HOP</b>	
Argomenti svolti in relazione al nucleo sopraccitato	<b>*Ore dedicate ad ogni argomento</b>
Tre lezioni con l'esperto esterno di Hip Hop	6
<b>4- Nucleo fondante: EDUCAZIONE CIVICA</b>	
Argomenti svolti in relazione al nucleo sopraccitato	<b>*Ore dedicate ad ogni argomento</b>
Fair play: Visione del film "Una scatenata dozzina": riflessione sui temi collaborazione e rispetto reciproco. I principi chiave del Fair Play. Visione del film "Pelé": memoria di un grande atleta che ha fatto la storia del calcio: Pelé. Storia romanzata della sua vita.	7