



LICEO SCIENTIFICO STATALE "E. FERMI"

SEDE: VIA MAZZINI, 172/2° - 40139 BOLOGNA
Telefono: 051/4298511 - Fax: 051/392318 - Codice fiscale: 80074870371
Sede Associata: Via Nazionale Toscana, 1 - 40068 San Lazzaro di Savena
Telefono: 051/470141 - Fax: 051/478966

E-mail: bops02000d@istruzione.it

Web-site: www.liceofermibo.edu.it

PROGRAMMA SVOLTO DI SCIENZE MOTORIE

CLASSE 4 SEZ. I a. s. 2021/2022

DOCENTE: MICHELE TEGLIA

Libro di testo: NESSUNO

Le normative anti-Covid (vigenti durante tutto l'a.s.) hanno suggerito di proporre quelle attività che potessero permettere un regolare distanziamento interpersonale

1- Nucleo fondante: Progressivo miglioramento delle capacità psicomotorie dello studente	
<ul style="list-style-type: none">- esercizi ed attività a carico naturale- esercizi semplici e composti a corpo libero e conoscenza dei fondamentali termini tecnici appartenenti alla terminologia specifica dell'Educazione Fisica- esercizi per il miglioramento delle capacità condizionali, cardiocircolatorie e fisiche (forza, velocità, flessibilità in particolare)	10
2- Nucleo fondante: Pallavolo	
<ul style="list-style-type: none">- collaborazioni a 2 ed a 3- l'alzata- Le 3 fasi delle risposte- Auto-organizzazione di una partita interclasse- Auto-arbitraggio	18
3- Nucleo fondante: Giochi collettivi di collaborazione a gruppi, con piccole autonomie di scelta e parziale auto-organizzazione	
<ul style="list-style-type: none">- presentazione di giochi formativi collettivi a squadre- auto-organizzazione di piccoli tornei interclasse- auto-arbitraggio collettivo- socializzazione e rispetto delle regole condivise attraverso la ludicità	14
4- Nucleo fondante: Difesa personale (con esperto esterno)	
3 lezioni da 2 ore ciascuna svolte dall'esperto esterno <ul style="list-style-type: none">- neutralizzazione non violenta- parate difensive in protezione	6
5- Nucleo fondante: Baseball	
<ul style="list-style-type: none">- ricezioni e lanci- regole fondamentali di base del gioco	8
6- Nucleo fondante: Educazione civica	
<ul style="list-style-type: none">- psicologia sportiva- donazioni ADMO ed AVIS (con esperto esterno)	5

Bologna, li 1 Giugno 2022

FIRMA DEL DOCENTE:

MICHELE TEGLIA

FIRMA O APPROVAZIONE DEI RAPPRESENTANTI DI CLASSE:

LUCANO VIOLA

BERNARDONI MIRIAM