

Anno Scolastico 2024-25**Docente: Faccin Marita Anna****Materia insegnata: Scienze Motorie e sportive****Classe: 2AA****Testo adottato:** nessun testo di adozione**CONTENUTI DISCIPLINARI E TEMPI DI REALIZZAZIONE (moduli svolti, periodo e ore)**

Moduli svolti	Periodo e numero di ore
Modulo 1-Percezione di sé e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive: u1- Condizionamento specifico per la resistenza, lavoro aerobico con misurazione frequenza cardiaca prima e dopo lo sforzo, dopo 1' di recupero, andature preatletiche in coordinazione, stretching; circuit training per allenare la resistenza, Test dei 1600 mt. u2- Funicella: andature preatletiche con funicella e sviluppo delle capacità coordinative u3- Percezione del sé, RTV del bacino, coordinazione arti superiori e inferiori, mobilizzazione della colonna vertebrale, stretching. Circuito di elementi preacrobatici: capovolta indietro, rotolamenti e posizioni di equilibrio, verticale alla spalliera e verticale al muro, ruota	<p>Ottobre 6 ore</p> <p>marzo/aprile 6+4 ore</p> <p>maggio 6 ore</p>
Modulo 2-Sport, regole e fair play: u1- Ultimate frisbee: cenni storici, tecnica di tiro rovescio e dritto, dai e segui, gioco dei passaggi, regolamento di gioco. u3- Pallamano: cenni storici, tecnica di passaggio sul quadrato dai e segui, dai e cambia; tecnica di tiro in doppio appoggio e tiro in sospensione, regolamento di gioco. u4- Atletica leggera: salto in alto, fase di rincorsa, esercizi per piede di stacco, fase di valicamento e atterraggio	<p>ottobre/novembre /dicembre 8+4 ore</p> <p>gennaio/febbraio 4 +6 ore</p> <p>marzo 2 ore</p>
Modulo 3: Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico. u1- Educazione Civica: Escursione scientifico-naturalistica sul territorio ed orienteering con l'associazione Le Guide. Educazione Civica: approfondimento sul tema "Custodire l'Ambiente".	<p>marzo</p> <p>8 ore</p>
Modulo 4: Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico. u1- Giornata dello Sport: pattinaggio su ghiaccio e camminata Altopiano di Asiago.	<p>febbraio 8 ore</p>

Valdagno, 6 giugno 2025

I rappresentanti di classe

Marchet Ginevra
Rilievo Priscilla

Il Docente

Prof. Marita Anna Faccin

