

**ISTITUTO TECNICO INDUSTRIALE "G. GALILEI"
AREZZO**

SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Classe 3 sez AET

Elena Zandrelli

ANNO SCOLASTICO 2023/2024

PROGRAMMA SVOLTO

Il programma presentato all'inizio dell'anno scolastico è stato in linea di massima, svolto. Nella presentazione dei vari aspetti dello stesso ho tenuto conto non tanto dell'acquisizione specifica e perfezionistica del gesto, quanto della possibile fruibilità autonoma da parte dell'alunno e della sua partecipazione attiva nell'apprendimento motorio, condizioni fondamentali per la crescita dell'individuo nel rispetto di sé e degli altri con presa di coscienza critica delle proprie possibilità e capacità. E' stato valorizzato il momento dell'apprendimento nel suo aspetto evolutivo individuale ed in prospettiva della crescita di tutto il gruppo classe considerato nella sua conformazione micro-sociale.

La continuità del lavoro e la disponibilità ad accettare l'altro nella sua individualità e diversità sono state tema fondamentale di ogni lezione per cui il mezzo (uu.dd) usato per perseguire performances motorie è passato in secondo piano lasciando largo spazio all'azione educativa.

PARTE PRATICA: elementi sulla tecnica di corsa (tecnica di base), studio di movimenti di coordinazione e mobilità articolare completato da cenni sulla tecnica del gesto e dell'allungamento muscolare . Elementi di sviluppo della tecnica di base sui salti in particolare il salto in alto. Sviluppo della tecnica dei fondamentali della pallavolo (palleggio a 2 mani sopra la testa , bagher, battuta) e Basket (passaggi, tiri) .

Elementi di pallavolo, basket e calcetto giocato.

La valutazione ha tenuto conto del livello di partenza e della progressione personale sulle varie attività proposte nell'arco dell'A.S. secondo procedura allegata alla programmazione di inizio anno scolastico.

PARTE TEORICA : sono stati analizzati e rielaborati i seguenti argomenti (in parte con mappe concettuali e appunti, Power-Point uso di video, test digitali e fotocopie).

1- Progetto Cuore : BLS-D

2- Ipocinesi e attività fisiche adatte alla salute.

3- Muscoli e movimento

Educazione Civica:

1-Le Dipendenze

Arezzo 10/06/2024

L'insegnante

Gli Alunni