

CLASSE 2[^]C Moda

A.S. 2021/2022

Programma svolto di Scienze Motorie e Sportive

- Ins. Alberto Zaccolo -

(Cfr. = punti 2 e 4 del Piano di Lavoro annuale)

N.B. = Il lavoro didattico si è svolto quasi esclusivamente **in presenza** nonostante il prolungarsi dell'emergenza sanitaria da Covid-19.

La **didattica a distanza** è stata attivata, durante l'anno, solo in pochissimi casi ed ha coinvolto un esiguo numero di studenti.

Esercizi fisico-sportivi:

Esercizi per il potenziamento fisiologico
(sviluppo delle capacità condizionali)

Esercizi di Stretching e mobilizzazione articolare
Esercizi di preatletica.

Attività sportive e giochi di squadra:

Pallavolo

Tennis

Pallatamburello

(Esercitazioni sui fondamentali tecnici individuali e gioco a squadre)

Badminton

Pattinaggio

(Esercitazioni sui fondamentali tecnici individuali)

Argomenti teorici:

Stretching: finalità e tecnica di esecuzione;

Giochi sportivi: **Pallavolo, Tennis**

(regolamento tecnico, fondamentali individuali, sistema di punteggio);

Curricolo di Educazione civica

Ambito: Costituzione, diritto, legalità e solidarietà

Intervento disciplinare: Rispetto delle regole: valore ed etica sportivi

(modulo di 2 ore svolto nelle seguenti date: 27/04 - 18/05/2022)

Empoli, 1 giugno 2022

Gli studenti

L'insegnante
(Alberto Zaccolo)

Giulia Manichetti