

PIANO DI LAVORO PER MATERIA A.S. 2006/07

SCIENZE MOTORIE
CLASSI III^

CONTENUTI	OBIETTIVI SPECIFICI CONOSCENZE	OBIETTIVI SPECIFICI ABILITA'
<p>-esercizi di coordinazione dinamico-globale -esercizi di coordinazione oculo-manuale e podale -esercizi di controllo tonico-posturale -percezione di distanza -esercizi di equilibrio statico e dinamico -esercizi di corsa a meccanismo aerobico e anaerobico -esercitazioni ai grandi e piccoli attrezzi</p> <p>-fondamentali-individuali e di squadra per l'avviamento alla pratica sportiva : pallavolo,pallacanestro,baseball,calcio.e alle diverse specialità della atletica leggera - tecnica: del salto in alto e lungo, del lancio del peso, della corsa ad ostacoli. -nozioni di fisiologia dello sport.</p> <p>-Regolamento dei vari giochi praticati. -corso di nuoto</p>	<p>-CONOSCE LA TERMINOLOGIA SPECIFICA DELLA DISCIPLINA</p> <p>-CONOSCE METODI E FUNZIONI DELLE ATTIVITA' MOTORIE</p> <p>-CONOSCE IL PROPRIO CORPO E LE SUE FUNZIONI</p> <p>-CONOSCE ELEMENTI TECNICI E REGOLAMENTI DI ALCUNI SPORT</p>	<p>-MIGLIORA LA COORDINAZIONE INTERSEGMENTARIA/OCULO MANUALE</p> <p>-VALUTA COMPONENTI SPAZIO-TEMPORALI IN DIVERSE SITUAZIONI</p> <p>-MIGLIORA LE CAPACITA'CONDIZIONALI E COORDINATIVE</p> <p>-ACQUISISCE ABILITA' TECNICO-TATTICHE DEI GIOCHI SPORTIVI</p>