



MINISTERO DELL'ISTRUZIONE E DEL MERITO

Liceo Scientifico Statale "Gaspere Aselli"

Via Palestro, 31/a - 26100 Cremona (CR)

Telefono: **0372/22051** (Centralino)

e-mail: [segreteria@liceoaselli.it](mailto:segreteria@liceoaselli.it); e-mail: [crps01000v@istruzione.it](mailto:crps01000v@istruzione.it)

e-mail: [crps01000v@pec.istruzione.it](mailto:crps01000v@pec.istruzione.it), Sito: [www.liceoaselli.edu.it](http://www.liceoaselli.edu.it);

**C. F. 80003260199**



## PROGRAMMA SVOLTO

ANNO SCOLASTICO: 2023-2024

DOCENTE: GALLI LUIGI

DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

CLASSE: 1DLIC

| Modulo<br>N° | Titolo del<br>Modulo                      | Descrizione del contenuto                                                                                                                                 | Strumenti/<br>materiali             |
|--------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| 1.           | IL<br>CONDIZIONAME<br>NTO ORGANICO        | L'ALLIEVO E' PORTATO A MIGLIORARE LE SUE CAPACITA'<br>CARDIORESPIRATORIE ATTRAVERSO LE CORSE DI<br>RESISTENZA, GLI ESERCIZI GINNICI E I PERCORSI ATLETICI | PALESTR<br>E E<br>ATTREZZI<br>VARI  |
| 2.           | LA<br>COORDINAZION<br>E MOTORIA           | L'ALLIEVO DOVRA' MIGLIORARE ATTRAVERSO GLI SCHEMI<br>MOTORI ACQUISITI LA PROPRIA COORDINAZIONE MOTORIA                                                    | PICCOLI<br>ATTREZZI<br>E<br>PALLONI |
| 3.           | CONOSCENZA<br>DELLO SPORT                 | I FONDAMENTALI, LE REGOLE E LE SITUAZZIONI DI GIOCO DEI<br>PRINCIPALI GIOCHI SPORTIVI                                                                     | PALESTRA<br>E PALLONI               |
| 4.           | RIELABORAZION<br>E MOTORIA<br>INDIVIDUALE | L'ALLIEVO IMPARANDO NUOVI SCHEMI MOTORI E<br>CONSOLIDANDO QUELLI ACQUISITI MIGLIORARE AUTOSTIMA E<br>COMPLETERA' POSITIVAMENTE LA CONOSCENZA DI SE STESSO |                                     |
| 5            |                                           | Attività all'aperto                                                                                                                                       |                                     |

Firma del docente

Luigi Galli

Firma rappresentanti di classe

.....  
.....

Cremona 15/maggio/2024.