

INDIRIZZO: Liceo sportivo

CLASSE:I

MATERIA: Scienze motorie ed attività sportive

Modulo 1	Contenuti
Capire e comprendere il proprio corpo in relazione al movimento	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Conoscenza della terminologia materia-specifica e come utilizzarla nel modo corretto nella pratica</li> <li>● Adeguata conoscenza ed uso degli assi e dei piani del corpo</li> <li>● Comprensione delle posizioni fondamentali e dei movimenti fondamentali dell'essere umano</li> </ul>

Modulo 2	Contenuti
Acquisire le prime conoscenze di anatomia del corpo umano	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Definire la differenza tra apparati e sistemi e classificarli</li> <li>● Conoscenza dell'apparato locomotore nella sua composizione e funzione</li> <li>● Conoscenze delle tipologia di articolazioni e le loro proprietà e leve del corpo umano</li> <li>● Conoscenza del sistema scheletrico e accenni sistema muscolare</li> <li>● Posizione e nomenclatura delle ossa</li> </ul>

Modulo 3	Contenuti
Il sistema muscolare	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Proprietà del sistema muscolare</li> <li>● Funzioni del sistema muscolare</li> <li>● Classificazione dei muscoli</li> <li>● Posizione e nomenclatura dei muscoli</li> </ul>

Modulo 4	Contenuti
Il movimento umano	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Muoversi nello spazio: percezione spazio-temporale</li> <li>● La complessità del movimento umano: movimento volontario e involontario</li> <li>● Utilizzo corretto dello schema corporeo in correlazione con l'immagine corporea e i processi motori</li> <li>● Corpo come strumento di comunicazione</li> <li>● Definire la capacità e abilità fisiche</li> <li>● Le capacità coordinative e la lateralità</li> <li>● Le capacità condizionali</li> </ul>

Modulo 5	Contenuti
Fair play	<ul style="list-style-type: none"><li data-bbox="595 667 1385 779">• Conoscere come lo sport possa portare alla crescita educativa tramite il rispetto delle regole e tramite la relazione sociale.</li></ul>

Libri di testo in adozione:

FIORINI - CHIESA Educare al movimento - Nuova Edizione - MARIETTI SCUOLA