

INDIRIZZO: Liceo delle scienze umane opzione economico sociale

CLASSE:I

MATERIA: Scienze motorie ed attività sportive

Modulo 1	Contenuti
Capire e comprendere il proprio corpo in relazione al movimento	✓ Conoscenza della terminologia materia-specifica e come utilizzarla nel modo corretto nella pratica ✓ Adeguata conoscenza ed uso degli assi e dei piani del corpo ✓ Comprensione delle posizioni fondamentali e dei movimenti fondamentali dell'essere umano

Modulo 2	Contenuti
Acquisire le prime conoscenze di anatomia del corpo umano	✓ Definire la differenza tra apparati e sistemi e classificarli ✓ Conoscenza dell'apparato locomotore nella sua composizione e funzione ✓ Accenni del sistema scheletrico e muscolare

Modulo 3	Contenuti
Il movimento come linguaggio	✓ Muoversi nello spazio: percezione spazio-temporale ✓ La complessità del movimento umano: movimento volontario e involontario ✓ Utilizzo corretto dello schema corporeo in correlazione con l'immagine corporea e i processi motori

Modulo 4	Contenuti
Acquisire conoscenze fondamentali riguardo l'attività fisica	✓ Definire la capacità e abilità fisiche ✓ Le capacità coordinative e la lateralità ✓ Le capacità condizionali
Modulo 5	Contenuti

Conoscere il valore etico dello sport	✓ Confrontarsi sul concetto di sport come parte integrante della vita e sulla funzione positiva della competizione in gara e della cooperazione nell'ambito della squadra
---------------------------------------	---

Libri di testo in adozione:

FIORINI – CHIESA – LOVECCHIO - BOCCHI, Educare al movimento, MARIETTI
SCUOLA