

INDIRIZZO: Liceo delle scienze umane opzione economico sociale

CLASSE: III LES A

MATERIA: Scienze motorie ed attività sportive

A.S. 2025/2026

MODULO 1	CONTENUTI
Consolidare e potenziare lo schema corporeo e i processi motori	✓ Capacità coordinative e capacità condizionali ✓ Completamento e affinamento degli schemi motori di base ✓ Porre attenzione nello specifico su sviluppo e metodologie didattiche per l'apprendimento di capacità coordinative più complesse.

MODULO 2	CONTENUTI
Consolidare e potenziare la comunicazione corporea, il codice mimico gestuale e le qualità fisiche	✓ Situazioni creative nella comunicazione corporea in gruppo ✓ Conoscenza dei metodi di miglioramento delle qualità fisiche ✓ Saper gestire ed utilizzare durante l'attività fisica piccoli attrezzi e strumenti ginnici

ISTITUTO LABOR

MODULO 3	CONTENUTI
Valutazione e osservazione del movimento	✓ Conoscenze relative ai principali strumenti di valutazione del movimento sia su aspetti condizionali che coordinativi ✓ Uso dello Scouting per osservare situazioni di gioco nel mondo sportivo ✓ Saper creare e utilizzare una griglia di valutazione per raccogliere dati oggettivi e analizzarli.

MODULO 4	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

MODULO 5	CONTENUTI
Sistema cardiocircolatorio	✓ Apprendere a livello anatomico e fisiologico il funzionamento del sistema cardiocircolatorio ✓ Le principali patologie che colpiscono l'apparato cardiocircolatorio ✓ Saper riconoscere eventuali sintomi di sovraccarico dovuto all'eccesso di attività fisica.

Libri di testo in adozione:FIORINI - CHIESA, Educare al movimento - Nuova Edizione, MARIETTI SCUOLA

