

INDIRIZZO: Liceo sportivo

CLASSE: I A

MATERIA: Discipline sportive

Modulo 1	Contenuti
Sport outdoor	✓ Definizione e peculiarità degli sport outdoor ✓ Orienteering: uno sport outdoor individuale - caratteristiche - regole - materiale - gara - obiettivi - tipi di gare di orientamento

Modulo 2	Contenuti
Sport individuali	✓ Definizione e caratteristiche degli sport individuali ✓ Competenze e capacità implicate negli sport individuali ✓ L'atletica leggera - corse e concorsi - i salti - i lanci - la corsa - marcia - prove multiple

Modulo 3	Contenuti
Sport acquatici	✓ Peculiarità dello svolgere esercizio fisico in ambiente acquatico ✓ Sport acquatici : di squadra e individuale ✓ Il nuoto come sport individuale - gare - capacità sviluppate - gli stili

Modulo 4	Contenuti
----------	-----------

Sport di squadra	✓ Caratteristiche degli sport di squadra - come giocare con efficacia - l'importanza dell'unione con i compagni di squadra - capacità di attenzione - capacità di anticipare le azioni altrui - capacità di previsione dell'azione successiva ✓ Basket - campo - regole di gioco - squadra e posizioni - fondamentali individuali d'attacco - fondamentali individuali di difesa - fondamentali di squadra - il tiro
------------------	--

Libri di testo in adozione:

CORETTI - LOVECCHIO – FIORINI - CHIESA , Discipline sportive - Educare al movimento, NUOVA EDIZIONE, MARIETTI SCUOLA.