

INDIRIZZO: Liceo delle scienze umane opzione economico sociale

CLASSE:II

MATERIA:Scienze motorie ed attività sportive

Modulo 1	Contenuti
Consolidare e potenziare lo schema corporeo e i processi motori	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Utilizzo corretto dello schema corporeo in correlazione con l'immagine corporea e i processi motori ✓ Adeguata conoscenza ed uso degli assi e dei piani del corpo -Consolidamento delle abilità motorie elementari e della coordinazione spaziotemporale

Modulo 2	Contenuti
Acquisire le prime conoscenze dell'allenamento specifico alle capacità fisiche	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Definire le varie capacità fisiche (forza, velocità, resistenza, mobilità articolare ed elasticità muscolare) ✓ Conoscenza dei metodi di allenamento

Modulo 3	Contenuti
Il movimento come linguaggio	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Capacità condizionali ✓ Capacità coordinative semplici ✓ Muoversi nello spazio: percezione spazio-temporale

Modulo 4	Contenuti
Sport di squadra (pallavolo)	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Apprendere i regolamenti e i ruoli dei giocatori ✓ Conoscere il linguaggio gestuale dell'arbitro ✓ Verifica dei prerequisiti ✓ Perfezionamento delle coordinazioni inerenti la pallavolo

Modulo 5	Contenuti
Conoscere il valore etico dello sport	<ul style="list-style-type: none">✓ 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 6	Contenuti
Avviamento alla pratica degli sport di squadra (calcio a cinque)	<ul style="list-style-type: none">✓ Apprendere i regolamenti e i ruoli dei giocatori✓ Conoscere il linguaggio gestuale dell'arbitro✓ Verifica dei prerequisiti✓ Perfezionamento delle coordinazioni inerenti il calcio a cinque