



COMPLESSO SCOLASTICO INTERNAZIONALE

## GIOVANNI PAOLO II

*Programma Annuale*

**ISTITUTO:** *Istituto Tecnico Informatico e Telecomunicazioni*

**CLASSE:** /

**MATERIA:** *Scienze Motorie e Sportive*

Modulo n° 1	Contenuti Cognitivi
<b>Titolo:consolidare e potenziare lo schema corporeo e i processi motori</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>-Utilizzo corretto dello schema corporeo in correlazione con l'immagine corporea e i processi motori</li><li>-Adeguaata conoscenza ed uso degli assi e dei piani del corpo</li><li>-Consolidamento delle abilità motorie elementari e della coordinazione spazio-temporale</li></ul>
Modulo n° 2	Contenuti Cognitivi
<b>Titolo:acquisire le prime conoscenze dell'allenamento specifico alle capacità fisiche</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>-Definire le varie capacità fisiche ( forza,velocità,resistenza,mobilità articolare ed elasticità muscolare)</li><li>-Conoscenza dei metodi di allenamento</li></ul>
Modulo n° 3	Contenuti Cognitivi
<b>Titolo:il movimento come linguaggio</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>-Passi ritmici con cambi di direzione e intensità sfruttando tutti i piani</li><li>-Muoversi nello spazio: percezione spazio-temporale</li></ul>

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

Modulo n° 5	Contenuti Cognitivi
<b>Titolo:conoscere il valore etico dello sport</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-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</li> </ul>

Modulo n° 6	Contenuti Cognitivi
<b>Titolo:avviamento alla pratica degli sport di squadra ( calcio a cinque)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Apprendere i regolamenti e i ruoli dei giocatori</li> <li>-Conoscere il linguaggio gestuale dell'arbitro</li> <li>-Verifica dei prerequisiti</li> <li>-Perfezionamento delle coordinazioni inerenti il calcio a cinque</li> </ul>