



COMPLESSO SCOLASTICO INTERNAZIONALE

GIOVANNI PAOLO II

Programma Annuale

ISTITUTO: *Liceo delle Scienze Umane*

CLASSE: *V*

MATERIA: *Scienze Motorie e Sportive*

Modulo n°1 Titolo: Consolidare e potenziare lo schema corporeo e i processi motori	Contenuti Cognitivi
	<ul style="list-style-type: none">• Strutturare un percorso personalizzato di estensione e potenziamento delle capacità motorie in un allenamento sportivo.• Completamento ed affinamento degli schemi motori di base.
Modulo n°2 Titolo: Consolidare ed approfondire la corretta attività in palestra e i principi fondamentali della ginnastica preventiva e correttiva.	Contenuti Cognitivi
	<ul style="list-style-type: none">• Saper assumere posture e comportamenti adeguati.• Saper attuare percorsi differenti graduati di preparazione atletica.• Esercizi di stretching.

<p>Modulo n°3 Titolo: Acquisizione del regolamento principale di comunicazione corporea del gruppo</p>	<p>Contenuti Cognitivi</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • Ideazione e realizzazione di rappresentazioni mimico-gestuali. • Situazioni creative nella comunicazione corporea in gruppo. • Conoscenza e metodi di miglioramento delle qualità fisiche.

<p>Modulo n°4 Titolo: Sport di squadra (Pallavolo e Pallacanestro)</p>	<p>Contenuti Cognitivi</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • Verificare le competenze tecniche e sportive acquisite. • Verificare la correttezza delle regole di gioco. • Saper applicare sul campo le acquisizioni tecnico-sportive. • Gestione di una situazione di gioco. • Storia dello sport, origini ed evoluzione storica della pallavolo e della pallacanestro.

<p>Modulo n°5 Titolo: Conoscere il valore etico dello sport</p>	<p>Contenuti Cognitivi</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • Confrontarsi sul concetto di sport come parte integrante della vita, sulla funzione positiva della competizione in gara e della cooperazione nell'ambito di squadra.

<p>Modulo n°6 Titolo: Avviamento alla pratica degli sport di squadra (Calcio a 5 e Pallamano)</p>	<p>Contenuti Cognitivi</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • Verificare le competenze tecniche e sportive acquisite. • Verificare la correttezza delle regole del gioco. • Saper applicare sul campo le acquisizioni tecnico-sportive. • Gestione di una situazione di gioco.

Modulo n°7 Titolo: Primo soccorso in ambito sportivo	Contenuti Cognitivi
	<ul style="list-style-type: none"> • Cenni di Anatomia e fisiologia del corpo umano. • Traumatologia Sportiva. • Il doping.

Modulo n°8 Titolo: Cittadinanza e Costituzione – Educazione Civica	Contenuti Cognitivi
	<ul style="list-style-type: none"> • Visione dei film “TEMPI MODERNI”, “I CENTO PASSI” e “WOMAN IN GOLD”.

