



COMPLESSO SCOLASTICO INTERNAZIONALE

GIOVANNI PAOLO II

Programma Annuale

ISTITUTO: Liceo Scientifico Sportivo

CLASSE: I Liceo

MATERIA: Scienze Motorie

Modulo n° 1	Contenuti Cognitivi
Titolo: Conoscenza e sviluppo della percezione di sè	<ul style="list-style-type: none">- Conoscenza del proprio corpo e delle sue funzionalità;- Approfondimento dello schema motorio semplice e complesso;- Conoscenza delle capacità motorie (Coordinative e Condizionali);- Capacità e abilità espressive.
Modulo n° 2	Contenuti Cognitivi
Titolo: Acquisire conoscenze di base di anatomia e fisiologia	<ul style="list-style-type: none">- Sistema scheletrico;- Le differenti tipologie di articolazioni;- Sistema muscolare.
Modulo n° 3	Contenuti Cognitivi
Titolo: Salute benessere e prevenzione - Acquisire le prime cognizioni di igiene generale e sportiva e le basi di un'alimentazione sana	<ul style="list-style-type: none">- Principi di sicurezza in tutti i luoghi;- Metodi di prevenzione attiva e passiva;- Norme igieniche sanitarie e buone pratiche alimentari;- Integratori alimentari e prodotti farmacologici;- La piramide alimentare;- Tecniche e metodi del doping.

Modulo n° 4	Contenuti Cognitivi
Titolo: <i>Consolidamento ed approfondimento dello Sport e del Fair play</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Concetto di sport come apprendimento; - Conoscenza e sviluppo dello sport come competizione istituzionale; - 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. - Consolidamento della componente educativa – etica.

Modulo n° 5	Contenuti Cognitivi
Titolo: <i>Approfondimento dei principi fondamentali degli Sport di squadra ed Individuali</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Giochi sportivi di squadra, fondamentali tecnici; - Giochi sportivi individuali, fondamentali tecnici; - Giochi codificati e non, fondamentali , elementi tattici applicati; - Verificare le competenze tecniche e sportive acquisite; - Conoscenza delle regole del gioco.

Modulo n° 6	Contenuti Cognitivi
Titolo: <i>Approfondimento delle regole e delle figure dello sport</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Conoscenza delle regole del gioco; - Acquisire competenze tecniche e sportive per saper essere, in differenti gare : il giocatore, l'arbitro e allenatore; - Le figure dello sport : <ul style="list-style-type: none"> → Tecnico → Atleta → Dirigente → Arbitro → Giudice → Medico (Figure Sanitarie) → Giornalista → Collaboratore organizzativo

