PROGRAMMA DIDATTICO

Anno Scolastico 2022/2023

MATERIA	SCIENZE MOTORIE
CLASSE	I A
INDIRIZZO	LISS
DOCENTE	FIGLIOMENI ANTONIO
LIBRO DI TESTO	ABC DELLE SCIENZE MOTORIE

MODULO N. 1	Contenuti cognitivi U.D.
Titolo: Sport, regole e fair play	<ul style="list-style-type: none">• Promuovere la consuetudine all'attività motoria e sportiva privilegiando la componente educativa;• Sperimentare nello sport i diversi ruoli e le relative responsabilità sia nell'arbitraggio che in compiti di giuria;• Praticare gli sport di squadra applicando strategie efficaci per la risoluzione di situazioni problematiche;• Impegnarsi negli sport individuali abituandosi al confronto ed alla assunzione di responsabilità personali;• Collaborare con i compagni all'interno del gruppo facendo emergere le proprie potenzialità.

MODULO N. 2	Contenuti cognitivi U.D.
Titolo: Salute, benessere, sicurezza, prevenzione	<ul style="list-style-type: none">• Conoscere i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra, a casa e negli spazi aperti;• Adottare i principi igienici e scientifici essenziali per mantenere il proprio stato di salute e migliorare l'efficienza fisica;• Conoscere gli effetti benefici dei percorsi di preparazione fisica e gli effetti dannosi dei prodotti farmacologici tesi esclusivamente al risultato immediato.• MODULO DI EDUCAZIONE CIVICA - L'ambiente scuola: per una igiene ambientale che parta dal vissuto – le politiche di sport a impatto zero delle federazioni e comitati sportivi.

MODULO N.3	Contenuti cognitivi U.D.
<p>Titolo:</p> <p>Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico</p>	<ul style="list-style-type: none"> • - Le pratiche motorie e sportive realizzate in ambiente naturale saranno un'occasione fondamentale per orientarsi in contesti diversificati e per il recupero di un rapporto corretto con l'ambiente.; • MODULO DI EDUCAZIONE CIVICA - I doveri nei confronti dell'ambiente: Dalla raccolta differenziata come stile di vita al contrasto allo spreco. – l'utilizzo di materiali riciclati per la produzione di abbigliamento sportivo.
MODULO N.4	Contenuti cognitivi U.D.
<p>Titolo:</p> <p>La percezione di sé e il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità; • Ampliare le capacità coordinative e condizionali realizzando schemi motori complessi utili ad affrontare le attività sportive; • Comprendere e produrre consapevolmente i messaggi non verbali, leggendo criticamente e decodificando i propri messaggi corporei e altrui. • MODULO DI EDUCAZIONE CIVICA - Educazione alla salute – lo sport come strumento limitante delle patologie cardiovascolari.

Il Docente _____