

Programmazione attività didattica – a.s. 2019/2020

Disciplina: Scienze Motorie

Docente: Lugano Luca

Classe: Prima Liceo Scienze Umane

<i>Obiettivi</i>	Utilizzo corretto della terminologia fondamentale della materia; Conoscenza della struttura e del funzionamento del corpo umano Attenzione sui benefici di una corretta pratica sportiva; Apprendimento e consolidamento delle regole e dei fondamentali del gioco della Pallavolo, del Basket e delle molteplici discipline dell'atletica leggera; Apprendere l'importanza dei valori educativi degli sport individuali e di squadra e delle norme di comportamento per la propria sicurezza nei vari ambienti.
<i>Metodi</i>	Lezioni teoriche in aula; Assegnazione di lavori individuali e/o di gruppo, da sviluppare in aula o a casa; Esercitazioni pratiche in palestra.
<i>Strumenti</i>	Dispense cartacee; Utilizzo di materiale sportivo specifico;
<i>Criteri di valutazione</i>	Test scritti in aula; Test pratici effettuati in palestra.
<i>Obiettivi minimi</i>	Conoscenza della terminologia base della materia, principali muscoli e ossa del corpo umano e quali movimenti permettono, regole fondamentali degli sport di squadra (pallavolo, basket) e dell'atletica leggera

PROGRAMMAZIONE ATTIVITA' DIDATTICA	1^ QUADRIMESTRE		2^ QUADRIMESTRE	
	Sett/Ott./Nov.	Dic./Genn.	Febbr./Marzo	Aprile/Maggio.
	Terminologia Schemi motori di base Sport: marcia e corsa	Sistema scheletrico Sport: Pallavolo	Sistema muscolare Sport: salti e lanci	Norme di sicurezza stradale Sport: Basket