

Anno Scolastico 2016/2017

Programma Scienze Motorie

Classe 1°A

Docente: Giuliana Martinez

Conoscere il proprio corpo e le sue capacità di adattamento

Conoscere le potenzialità del movimento del corpo

Elaborare risposte motorie efficaci in situazioni complesse

Percezione sensoriale (vista, tatto, udito, ritmo..)

Percepire e riconoscere il ritmo delle azioni (stacco e salto, terzo tempo...)

Riprodurre il ritmo nei gesti e nelle azioni anche tecniche degli sport

Coordinazione (schemi motori, equilibrio, orientamento spazio-tempo)

Consapevolezza di una risposta motoria efficace ed economica

Gestire in modo autonomo la fase di avviamento motorio in funzione dell'attività scelta e del contesto;

Espressività corporea

Ideare e realizzare semplici sequenze di movimento, situazioni mimiche, danzate e di espressione corporea.

Comprensione del ritmo e fluidità del movimento

Gioco, gioco-sport e sport (aspetto relazionale cognitivo)

Il lessico specifico della disciplina.

Terminologia, dei giochi e degli sport proposti

Le dinamiche di gruppo

Salute e corretti stili di vita

I principi fondamentali di prevenzione e attuazione della sicurezza personale in palestra, a scuola e negli spazi aperti

Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza in palestra, a scuola e negli spazi aperti

Pallavolo, Tennis, Beach Tennis, Ping Pong, Basket, Softball.

Saper stare in campo partecipando attivamente ai giochi e ai tornei

Conoscere globalmente il regolamento delle attività sportive proposte

Comprendere e mettere in pratica le regole fondamentali dei giochi praticati durante le ore di lezione

Saper arbitrare le partite

Teoria

- Regolamento impianti sportivi
- Regolamento del gruppo classe
- Regolamenti giochi propedeutici alle attività sportive
- Compilazione referti gara
- Educazione all'immagine
- Tecniche animazione di gruppo
- Il linguaggio del corpo
- Elementi di primo intervento
- il fair play

Quartu 03 06 2017

Il docente

Giuliana Martinez

