

Anno Scolastico 2016/2017

Programma Scienze Motorie

Classe 2°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, Badminton.**

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*

