

ISTITUTO PARITARIO

“A.MANZONI”

AFM

SAN GIORGIO A CREMANO (NA)

PROGRAMMA DI SCIENZE MOTORIE A.S. 2022/2023

PROF. MATTEO REGA

CLASSE: 1° A

NOZIONI DI ANATOMIA E FISIOLOGIA UMANA

IL SISTEMA SCHELETRICO

IL SISTEMA NERVOSO

SPORT DI SQUADRA:

IL GIOCO DELLA PALLAVOLO:

REGOLAMENTO TECNICO.

FONDAMENTALI INDIVIDUALI E DI SQUADRA:

la battuta, il palleggio, il bagher, la schiacciata, il muro, l'attacco e la difesa

IL GIOCO DEL CALCIO A 5:

REGOLAMENTO TECNICO,

FONDAMENTALI DI GIOCO INDIVIDUALI E DI SQUADRA:

il tiro, il passaggio, il controllo della palla, la ricezione della palla, il colpo di testa e la parata

IL GIOCO DELLA PALLACANESTRO:

REGOLAMENTO TECNICO

FONDAMENTALI DI GIOCO INDIVIDUALI E DI SQUADRA:

il tiro, il passaggio, la difesa, il palleggio l'attacco, la difesa 3 sv 3

Obiettivi specifici di apprendimento

Dopo aver verificato il livello di apprendimento conseguito nel corso del primo ciclo dell'istruzione si strutturerà un percorso didattico atto a colmare eventuali lacune nella formazione di base, ma anche finalizzato a valorizzare le potenzialità di ogni studente.

Lo sport, le regole e il fairplay

La pratica degli sport di squadra, anche quando assumerà carattere di competitività, dovrà, realizzarsi privilegiando la componente educativa, in modo da promuovere in tutti gli studenti la consuetudine all'attività motoria e sportiva. È importante sperimentare nello sport i diversi ruoli e le diverse e relative responsabilità, sia nell'arbitraggio che in compiti di giuria.

Salute, benessere, sicurezza

Lo studente conoscerà i principi fondamentali di primo soccorso in situazioni di necessità. Conoscerà gli effetti benefici del percorso di preparazione fisica negli sport di squadra.