

LICEO SCIENTIFICO DI STATO "CARLO CATTANEO"		
Prof. Alberto Nicastro	PROGRAMMA di SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE ed EDUCAZIONE CIVICA	
Classe	3 A	a.s. 2021/2022
ATTIVITA' SVOLTE		IN SITUAZIONI DI GIOCO:
GIOCO E SPORT	Pallavolo	Battuta – Bagger – Palleggio – Colpi d'attacco
	Calcio	Controllo – Conduzione - Passaggio -Tiro
	Pallacanestro	Ball handling – Tiro - Ricezione - Passaggi – Palleggio
	Pallamano	Tiro - Ricezione - Passaggi – Palleggio
	Tchoukball	Fondamentali di gioco
	Progetto "Creatività"	Far partecipare i ragazzi ad un processo creativo per aiutarli a scoprire che cosa sia la creatività e come questa si possa esprimere
SALUTE E BENESSERE	Sicurezza attiva e passiva durante le attività motorie	
MOVIMENTO	Giochi propedeutici: gioco dei 10 passaggi con varianti (PaCaPa – Dentro fuori, ecc.) Pilates Esercizi con Wall Ball	
CONOSCENZE	Terminologia ginnastica Sensazione – Percezione - Fiducia Visione e condivisione osservazioni sul film: Un sogno azzurro. Regole fondamentali degli sport trattati e come queste si sono evolute nel tempo	

1 # 1
5 # 5
3 # 3
4 # 4
5 # 5
6 # 6