

LICEO SCIENTIFICO DI STATO "CARLO CATTANEO"			
Prof. Alberto Nicastro	PROGRAMMA di SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE ed EDUCAZIONE CIVICA		
Classe	3 A	a.s. 2022/2023	
ATTIVITA' SVOLTE		IN SITUAZIONI DI GIOCO:	
GIOCO E SPORT	Pallavolo	Battuta – Bagger – Palleggio – Colpi d'attacco	1 # 1 5 # 5 3 # 3 4 # 4 5 # 5 6 # 6
	Calcio	Controllo – Conduzione - Passaggio -Tiro	
	Pallacanestro	Ball handling – Tiro - Ricezione - Passaggi – Palleggio	
	Pallamano	Tiro - Ricezione - Passaggi – Palleggio	
	Acrosport	Figure e composizione progressione in gruppo	
	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.)		
CONOSCENZE	Terminologia ginnastica Regole fondamentali degli sport trattati		