

LICEO SCIENTIFICO DI STATO "CARLO CATTANEO"			
Prof. Alberto Nicastro		PROGRAMMA di SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE ed EDUCAZIONE CIVICA	
Classe		3 M	a.s. 2022/2023
ATTIVITA' SVOLTE			IN SITUAZIONE DI GIOCO:
GIOCO E SPORT	Pallavolo	Battuta – Bagger – Palleggio – Colpi d’attacco	
	Calcio	Controllo – Conduzione - Passaggio -Tiro	
	Pallacanestro	Fondamentali individuali	
	Atletica	Salto in alto	
	Acrosport	Figure e composizione progressione in gruppo	
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 e come queste si sono evolute nel tempo		