

LICEO SCIENTIFICO DI STATO "CARLO CATTANEO"			
Prof. Nicastro Alberto		PROGRAMMA di SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE ed EDUCAZIONE CIVICA	
Classe		1 M	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	
	Tchoukball	Fondamentali di gioco	
	Danza popolare	La danza popolare, significato e tradizione nella vita della comunità di provenienza	
	Progetto "Io – Tu – Noi"	Pratiche di consapevolezza ed espressione corporea, pratiche di ascolto attivo, pratiche creative nella relazione a due e in gruppo.	
SALUTE E BENESSERE	Sicurezza attiva e passiva durante le attività		
MOVIMENTO	Giochi propedeutici: gioco dei 10 passaggi con varianti (PaCaPa – Dentro fuori, ecc.) Salti coordinativi con la funicella Il metodo Pilates		
CONOSCENZE	Terminologia ginnastica Fattori che concorrono al successo nello sport e nella vita scolastica Regole fondamentali degli sport trattati e come queste si sono evolute nel tempo		