

INDIRIZZO: Liceo sportivo

CLASSE: I A

MATERIA: Discipline sportive

Modulo 1	Contenuti
Sport outdoor	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Definizione e peculiarità degli sport outdoor</li> <li>✓ Orienteering: uno sport outdoor individuale               <ul style="list-style-type: none"> <li>- caratteristiche</li> <li>- regole</li> <li>- materiale</li> <li>- gara</li> <li>- obiettivi</li> <li>- tipi di gare di orientamento</li> </ul> </li> </ul>

Modulo 2	Contenuti
Sport individuali	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Definizione e caratteristiche degli sport individuali</li> <li>✓ Competenze e capacità implicate negli sport individuali</li> <li>✓ L'atletica leggera               <ul style="list-style-type: none"> <li>- corse e concorsi</li> <li>- i salti</li> <li>- i lanci</li> <li>- la corsa</li> <li>- marcia</li> <li>- prove multiple</li> </ul> </li> </ul>

Modulo 3	Contenuti
Sport acquatici	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Peculiarità dello svolgere esercizio fisico in ambiente acquatico</li> <li>✓ Sport acquatici : di squadra e individuale</li> <li>✓ Il nuoto come sport individuale               <ul style="list-style-type: none"> <li>- gare</li> <li>- capacità sviluppate</li> <li>- gli stili</li> </ul> </li> </ul>

Modulo 4	Contenuti
----------	-----------

<p>Sport di squadra</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Caratteristiche degli sport di squadra           <ul style="list-style-type: none"> <li>- come giocare con efficacia</li> <li>- l'importanza dell'unione con i compagni di squadra</li> <li>- capacità di attenzione</li> <li>- capacità di anticipare le azioni altrui</li> <li>- capacità di previsione dell'azione successiva</li> </ul> </li>   <li>✓ Basket           <ul style="list-style-type: none"> <li>- campo</li> <li>- regole di gioco</li> <li>- squadra e posizioni</li> <li>- fondamentali individuali d'attacco</li> <li>- fondamentali individuali di difesa</li> <li>- fondamentali di squadra</li> <li>- il tiro</li> </ul> </li> </ul>
-------------------------	---

Libri di testo in adozione:

CORETTI - LOVECCHIO – FIORINI - CHIESA , Discipline sportive - Educare al movimento, NUOVA EDIZIONE, MARIETTI SCUOLA.