INDIRIZZO: Liceo delle scienze umane opzione economico sociale

CLASSE:IV les A

MATERIA:Scienze motorie ed attività sportive

|  |  |
| --- | --- |
| Modulo 1 | Contenuti |
| Sport | * Criteri per programmare un allenamento finalizzato ad uno sport di squadra e individuale      * Definizione ed apprendimento di “open skills” e “ closed skills” |

|  |  |
| --- | --- |
| Modulo 2 | Contenuti |
| Consolidare e potenziare la comunicazione tramite lo sport | * Ideare e realizzare rappresentazioni mimico-gestuali      * Situazioni creative nella comunicazione corporea in gruppo      * Lo sport e i social media |

|  |  |
| --- | --- |
| Modulo 3 | Contenuti |
| Anatomia del corpo umano | * Il sangue e i gruppi sanguigni      * Malattie del sangue |

|  |  |
| --- | --- |
| Modulo 4 | Contenuti |
| Conoscere il valore etico dello sport | * Confrontarsi sul concetto di sport come parte integrante della vita e sulla funzione positiva della competizione in gara e della cooperazione nell’ambito della squadra |

|  |  |
| --- | --- |
| Modulo 5 | Contenuti |
| Attività motoria e benessere | * Lo stretching * Il foam roller * Prevenzione e recupero funzionale |

Libri di testo in adozione:

FIORINI - CORETTI – BOCCHI, Più movimento, MARIETTI SCUOLA