

Istituti Paritari  
“Maresca D.”  
Liceo Musicale – Artistico

PROGRAMMAZIONE PER  
AMBITO:  
Musicale

**MATERIA:**

**Scienze Motorie**

Classe: V<sup>o</sup>

A. S. 2023 – 2024

A cura del Prof Francesco Morelli

<p><b>Contenuti:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-apparato muscolare</li> <li>apparato scheletrico</li> <li>-apparato cardiocircolatorio,</li> <li>-articolazioni,</li> <li>-sistema nervoso</li> <li>-atletica leggera</li> <li>-basket</li> <li>-pallavolo</li> <li>-calcio</li> <li>-tennis</li> </ul>
<p><b>Metodologia d'insegnamento:</b></p>	<p>METODOLOGIE DIDATTICHE ATTIVE</p>
<p><b>Verifiche:</b></p>	<p>Scritte, Orali, Pratiche</p>

Valutazioni:	Orali, Pratiche
<u><b>OBIETTIVI MINIMI</b></u> <b>Conoscenze:</b>  <b>Abilità:</b>  <b>Competenze:</b>	<p>Principi base, anatomia e fisiologia</p> <p>saper correre su una distanza prestabilita considerando accelerazioni e decelerazioni; saper correre per un tempo progressivamente più lungo, mantenendo un'andatura</p> <p>costante e controllando la frequenza cardiaca sotto sforzo ed il tempo di recupero;</p> <p>riconoscere e riprodurre semplici ritmi;</p> <p>riprodurre una semplice sequenza di movimenti rispettando un tempo di esecuzione anche con base musicale; eseguire, anche in forma approssimativa, i fondamentali individuali di almeno una delle specialità sportive praticate (es. pallavolo, pallacanestro ecc...); le regole di</p>

	<p>gioco ed i compagni avversari; partecipare in modo costruttivo alle attività di gruppo</p>
--	---

