

INDIRIZZO: Amministrazione Finanza e Marketing

CLASSE:II

MATERIA:Scienze motorie e sportive

Modulo 1	Contenuti
Movimento	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Il corpo umano: le sue parti, la sua funzionalità ✓ Consolidamento della conoscenza delle capacità coordinative e condizionali ; ✓ Le tecniche, le pratiche motorie anche in ambiente naturale ✓ “Corrette” pratiche motorie e sportive ; ✓ Cenni sull’apparato cardiovascolare , nervoso e respiratorio.

Modulo 2	Contenuti
I giochi e lo sport	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Elementi tecnici e tattici essenziali delle attività sportive individuali e di squadra affrontate, ✓ Le regole di base dei giochi e delle attività sportive praticate . ✓ Consolidamento della terminologia e della gestualità arbitrale semplice ✓ Le modalità cooperative per valorizzare le diversità nelle definizioni di ruoli e regole

Modulo 3	Contenuti
----------	-----------

La salute e il benessere

- ✓ Gli errori e gli scompensi derivanti da un'alimentazione squilibrata (Consolidamento).
- ✓ I principi igienici essenziali per mantenere il proprio stato di salute.
- ✓ Il concetto di postura nelle patologie dei paramorfismi e dismorfismi e le sue implicazioni. - I principali traumi derivanti dalla pratica fisico-sportiva
- ✓ La terminologia specifica e le nozioni fondamentali di benessere e salute dinamica.
- ✓ Il riscaldamento : Che cos'è , come è

	<p>strutturato ,quando non funziona.</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Dalla teoria alla pratica : Saper trasferire le nozioni relative alle suddette capacità nella programmazione e lo svolgimento dell'attività motoria.
--	---

Libri di testo in adozione:

FIORINI - CHIESA – EDUCARE AL MOVIMENTO (VECCHIA EDIZIONE) , MARIETTI
SCUOLA