

INDIRIZZO: Liceo delle scienze umane opzione economico sociale

CLASSE: V LES A

MATERIA: Scienze motorie ed attività sportive

Modulo 1	Contenuti
Conoscere per prevenire	• le dipendenze - conoscere per prevenire - uso, abuso, dipendenza - tabacco e alcool: effetti - le droghe e i loro effetti • dipendenze comportamentali • doping - cos'è il doping - sostanze sempre proibite - sostanze proibite in competizione - metodi proibiti - sostanze non soggette a restrizioni

Modulo 2	Contenuti
Approfondire la corretta attività in palestra ed i principi fondamentali della ginnastica preventiva e correttiva	• Attività fisica per il benessere - Saper assumere posture corrette e comportamenti adeguati - Saper attuare percorsi diversi graduati di preparazione atletica - Esercizi di stretching - strutturazione di attività ludico-ricreative per diversi soggetti

Modulo 3	Contenuti
sport e società nell'età contemporanea	• la nascita dello sport moderno nell'ottocento • la società di massa e la diffusione dello sport tra le due guerre

	• sport e società nel secondo dopoguerra • lo sport in una visione globale
--	---

Modulo 4	Contenuti
Conoscere il valore etico dello sport	• integrazione nello sport - combattere il razzismo - pari opportunità • sport e disabilità - definizione di handicap, disabilità e menomazione - paralimpiadi - concetto di “mixed ability”

Modulo 5	Contenuti
Traumatologia e interventi di primo soccorso	• codice comportamentale - sequenza CAB - protocollo R.I.C.E • classificazione degli infortuni • prevenzione attiva e passiva • traumi più comuni in ambito sportivo

Libri di testo in adozione:

FIORINI - CORETTI – BOCCHI, Più movimento, MARIETTI SCUOLA