

PROGRAMMA di SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

ANNO SCOLASTICO 2020-2021

Prof.ssa Evelyn Ballarin

CLASSE 3F

ARTI AUSILIARIE DELLE PROFESSIONI SANITARIE: ODONTOTECNICO

PERCEZIONE DI SÉ E COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITÀ MOTORIE ED ESPRESSIVE

- Le capacità coordinative e condizionali
- I test motori
- Schema motorio e immagine di sé
- Allenamento a circuito

LO SPORT, LE REGOLE, IL FAIR PLAY

- Le caratteristiche degli sport di squadra ed individuali
- Pallavolo (regolamento, fondamentali, arbitraggio, ruoli)
- Basket (regolamento, fondamentali, arbitraggio, ruoli, tecniche e tattiche di difesa e attacco)
- Badminton (gioco libero in palestra)
- Ping pong (regolamento, fondamentali e parte pratica in palestra)

SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E ATTIVITA' IN AMBIENTE NATURALE

- Fitwalking in ambiente naturale
- Le dipendenze
- Il doping

UDA DI ASSE E TRASVERSALI

- L'Alimentazione dello sportivo
- Gli sport di squadra e le loro caratteristiche

EDUCAZIONE CIVICA

- Il concetto di salute ed i fattori che la influenzano
- Il primo soccorso e traumi più comuni
- L'evacuazione

FIRMA DOCENTE: *Evelyn Bolbon*

FIRMA dei RAPPRESENTANTI degli STUDENTI: *[Signature]*

..... *[Signature]*

Adria, 28/05/2021