

I.P.S.I.A. Sede Locri	PROGRAMMA CONSUNTIVO	A.S. 2015/16
----------------------------------	-----------------------------	-------------------------

SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Classe 4^a Sistemi Energetici

Classe 4^a Elettrici

Docente: Miranda De Agostino

1° MODULO: Sport e salute

- ✓ Sistema nervoso.
- ✓ Le bevande alcoliche controindicazioni.
- ✓ Alcol e dipendenza.
- ✓ AIDS e HIV
- ✓ Sistema immunitario, trasmissione, prevenzione e test

2° MODULO: Attività motorie

- ✓ Attività di potenziamento fisiologico generale.
- ✓ Esercizi per rielaborare le capacità coordinative.
- ✓ Esercitazioni motorie a coppie e/o per gruppi.
- ✓ Esercitazioni motorie pre-sportive e sportive.

3° MODULO: Sport di squadra

- ✓ Esercitazioni tecniche e fondamentali dei giochi di squadra.
- ✓ Esercitazioni e riscaldamento specifico dei giochi di squadra.
- ✓ Nozioni generali ed essenziali dei regolamenti dei giochi di squadra proposti.
- ✓ Arbitraggi guidati e/o autogestiti sul campo.

Siderno, 13 giugno 2016

La Docente
Miranda De Agostino