

<b>I.P.S.I.A. SIDERNO</b>	<b>PROGRAMMA CONSUNTIVO</b>	<b>A.S. 2017/18</b>
-------------------------------	-----------------------------	-------------------------

## **SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

**Classe 3<sup>a</sup> D**

**Docente: Miranda De Agostino**

### **1° MODULO: Sport e salute**

- ✓ Gli organi della respirazione.
- ✓ Il meccanismo della respirazione.
- ✓ La capacità polmonare.
- ✓ Un circuito sempre in movimento.
- ✓ Il sangue.
- ✓ I vasi sanguigni.
- ✓ La circolazione.
- ✓ Il cuore.
- ✓ Alterazioni e traumi dell'apparato cardiocircolatorio.
- ✓ Il tabacco.
- ✓ Il fumo: tutti i danni.
- ✓ La legislazione in materia di tabacco.
- ✓ Lo sport contro il tabacco.

### **2° MODULO: Attività motorie**

- ✓ Attività in forma blanda 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: Gioco sport**

- ✓ Esercitazioni sui fondamentali dei giochi di squadra.
- ✓ Attività di gioco-sport.
- ✓ Nozioni generali ed essenziali dei regolamenti dei giochi di squadra proposti.
- ✓ Arbitraggi guidati e/o autogestiti sul campo.