

I.P.S.I.A. Siderno	PROGRAMMA CONSUNTIVO	A.S. 2019/20
-------------------------------	-----------------------------	-------------------------

SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Classe 5^a G/IPTS

Docente: Miranda De Agostino

Il mondo dello sport

Sport di genere

- ✓ La lunga strada dello sport femminile.
- ✓ Sport e differenze di genere.
- ✓ Pregiudizi sullo sport femminile.
- ✓ Record e partecipazione delle donne nello sport.
- ✓ Creazione di modelli di abiti sportivi femminili.

Le attività sportive

- ✓ L'allenamento.
- ✓ Fondamentali di gioco e regolamenti della pallavolo, calcio a cinque, beach volley, beach-soccer e tennis-tavolo.

Sport e salute

- ✓ Le tossicodipendenze.
- ✓ Il primo soccorso.

Attività motorie

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

Giochi di squadra

- ✓ Esercitazioni sui fondamentali di pallavolo e tennis-tavolo.
- ✓ Regolamenti dei giochi di squadra proposti.

La docente

Miranda De Agostino