



COMPLESSO SCOLASTICO INTERNAZIONALE

GIOVANNI PAOLO II

Programma Annuale

ISTITUTO: Liceo Scientifico Sportivo

CLASSE: III Liceo

MATERIA: Scienze Motorie

Modulo n° 1	Contenuti Cognitivi
Titolo: <i>Conoscenza e sviluppo della percezione di sè</i>	<ul style="list-style-type: none">- Consolidamento del proprio corpo e delle sue funzionalità;- Ripasso delle capacità motorie (Coordinative e Condizionali);- Consolidamento dello schema motorio in relazione al movimento;- Sviluppo del comportamento comunicativo e sociale
Modulo n° 2	Contenuti Cognitivi
Titolo: <i>Acquisire conoscenze di base di anatomia e fisiologia</i>	<ul style="list-style-type: none">- Ripasso e consolidamento delle conoscenze di tutti i Sistemi [locomotore (Osteo-articolare e muscolare) e Apparati (cardiocircolatorio - respiratorio);- Sistema nervoso centrale e periferico
Modulo n° 3	Contenuti Cognitivi
Titolo: <i>Cenni di primo soccorso</i>	<ul style="list-style-type: none">- Come prestare il primo soccorso;- Il massaggio cardiaco e la respirazione artificiale;- La sequenza CAB.

Modulo n° 4	Contenuti Cognitivi
<p>Titolo:<i>Salute benessere e prevenzione - Acquisire le prime cognizioni di igiene generale e sportiva e le basi di un alimentazione sana</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - Incidenti domestici e prevenzione in tutti i luoghi; - Norme igieniche e di sicurezza nell'ambiente sportivo; - Metabolismo energetico e composizione corporea; - Integratori alimentari e ripasso della piramide alimentare; - Conoscenza delle principali dipendenze.

Modulo n° 5	Contenuti Cognitivi
<p>Titolo:<i>Consolidamento e approfondimento del valore etico nello Sport</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - Aspetti trasversali tra competenze sportive e sociali; - Consolidamento della componente educativa – etica; - Lo sport e la disabilità'.

Modulo n° 6	Contenuti Cognitivi
<p>Titolo:<i>Lo sport legato alla tecnologia e all'ambiente naturale</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - Strumenti utili nell'attività fisica; - L'uomo legato allo sviluppo della tecnica e della tecnologia nello Sport.