

DOC.142.2.0	Istituto Istruzione Superiore "E. Alessandrini-Mainardi" Vittuone	Data:
-------------	---	-------

## **INDICAZIONI PER IL RECUPERO DELLE INSUFFICIENZE**

Anno scolastico 2021/2022

Materia Sc.motorie e sportive

Docente prof.ssa Raimondi Alessandra

Classe 1A

Al termine del recupero gli alunni dovranno:

- aver raggiunto le competenze minime di base;
  - Riconoscere le principali componenti anatomiche del proprio corpo
  - svolgere semplici attività in sicurezza negli spazi aperti
  - assumere un comportamento consono al fair play
  - Mantenere le capacità condizionali e di coordinazione generale adeguata in contesti semplici
  - Assumere un atteggiamento consapevole ed essere in grado di praticare il primo soccorso
  
- conoscere i seguenti argomenti:
  - Anatomia ed azione dei muscoli e delle ossa
  - Benefici dell'attività fisica all'aria aperta
  - Norme sulla sicurezza in spazi aperti
  - Capacità motorie coordinative e condizionali
  - La struttura e le regole degli sport affrontati: atletica leggera, giochi propedeutici ai giochi di squadra, esperienze di arbitraggio, avviamento alla pratica sportiva
  - I principi fondamentali di prevenzione ed attuazione della sicurezza personale in palestra e negli spazi aperti
  - Gli elementi fondamentali del primo soccorso
  - Terminologia essenziale della materia

N.B.: sulle competenze minime di base e sugli argomenti indicati sarà svolta la prova di recupero.

D. S.	R. Q.	Emissione 27/03/2019
-------	-------	-------------------------