

	Istituto Istruzione Superiore "E. Alessandrini-Mainardi" Vittuone	Data:27/05/22
--	---	---------------

PROGRAMMA SVOLTO

Sede di Corbetta	Indirizzo: Servizi per la sanità e l'assistenza sociale	
a. s. 2021/2022	Classe 2BSS	Docente Raimondi Alessandra
	Materia: Scienze motorie e sportive	

Contenuti:

Uda interdisciplinare 01 "Alimentazione e sport"

Uda interdisciplinare 02 "Un confortevole ambiente di vita"

Uda interdisciplinare 03 "Oggi mi sento..."

Uda 04 Capacità e schemi motori

04.1 Capacità condizionali e coordinative

04.2 Rielaborazione schemi motori di base

04.3 Conoscenza della terminologia essenziale della materia

Uda 05 Esercizi pratici

05.1 Esercizi di attivazione

05.2 Esercizi di potenziamento muscolare e cardiovascolare

05.3 Esercizi di mobilità articolare

Uda 06 Sport

06.1 Esperienze di arbitraggio

06.2 Giochi propedeutici ai giochi di squadra

06.3 Avviamento alla pratica sportiva

Uda 07 Primo soccorso

07.1 Norme d'igiene e corrette abitudini di vita

07.2 Primo soccorso

Uda ed.civica"Champions to overcome bullying"

Corbetta, lì _____

Gli alunni

Il docente

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