

Contenuti di SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Prof. Francesco GIOSCIA

Libri di testo: EDUCARE AL MOVIMENTO + EBOOK casa editrice MARIETTI SCUOLA di Fiorini

Gianluigi/Nicola Lovecchio/Coretti Stefano/Bocchi Silvia + Materiale fornito dall'insegnante: pdf, ppt, file, video allegati e condivisi sulla piattaforma di comunicazione utilizzata (G-Suite).

I principi fondamentali della salute e benessere:

Il concetto di salute dinamica e l'educazione alla salute

Apparato scheletrico

L'attività fisica

La postura della salute

L'importanza del sonno

Le dipendenze

Il doping

I rischi della sedentarietà

Le regole, le capacità tecniche e tattiche dei seguenti sport:

La Pallavolo

La pallacanestro

Badminton

Il fair play

I principi fondamentali della sicurezza e prevenzione:

Vita quotidiana e sicurezza

I principi fondamentali della sicurezza a scuola e in palestra

Le norme di sicurezza nei vari ambienti e condizioni

Le caratteristiche delle attrezzature necessarie a praticare l'attività sportiva

Il trauma ed il primo soccorso

Primo soccorso e R.I.C.E.

Traumi sportivi osteo-articolari e muscolari più frequenti

Capacità e abilità espressive:

Il linguaggio del corpo

Progettazione ed organizzazione di tornei sportivi scolastici interni

Cerignola, 10 giugno 2023

L'insegnante
Francesco GIOSCIA