

INDIRIZZO: LSS

CLASSE: 5° A

MATERIA: Scienze Motorie

A.S. 2025/2026

MODULO 1	CONTENUTI
Traumatologia, prevenzione infortuni e attività adattata	• Conoscenze e messa in pratica delle principali procedure di primo soccorso. • Conoscenza dei principali infortuni muscolari e scheletrici che avvengono durante la pratica motoria. • Principi di ergonomia fisica per evitare sovraccarichi articolari e danni cronici in ambito quotidiano. • Introduzione all'attività adattata per persone fragili e sedentarie.

MODULO 2	CONTENUTI
Sport e disabilità	• La dimensione sociale della disabilità • La vera "sfida" sportiva • La paralimpodi

MODULO 3	CONTENUTI
Salute e benessere (l'attività fisica)	• I rischi della sedentarietà • Il movimento come prevenzione • La scelta dell'attività • Il movimento della salute • La ginnastica dolce • La respirazione • Le dipendenze • Il Doping

MODULO 4	CONTENUTI
Sport e società nell'età contemporanea	• La nascita dello sport moderno nell'ottocento

ISTITUTO LABOR

	• La società di massa e la diffusione dello sport tra le due guerre • Sport e società nel secondo dopoguerra • Lo sport nel villaggio globale
--	---

Libri di testo in adozione: FIORINI, CORETTI, LOVECCHIO, BOCCHI (EDUCARE AL MOVIMENTO) MIRETTI SCUOLA

ISTITUTO LABOR