ISTITUTO PARITARIO SANDRO PERTINI

ISTITUTO TECNICO SETTORE TECNOLOGICO

Indirizzo: AGRARIA, AGROALIMENTARE E AGROINDUSTRIA

Articolazione: PRODUZIONI E TRASFORMAZIONI

Materia: **SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE** CLASSE: **QUARTA A**

MESI / **ARGOMENTI**	SETT	OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIUG
• Anatomia del corpo umano		X								
• Biochimica del movimento		X								
• L'apparato locomotore		X								
• Il sistema muscolare			X							
• Le capacità motorie			X							
• Gli schemi motori di base			X							
• Imparare a muoversi				X						
• Sistema muscolare				X						
• Esercizi a circuito					X					
• Sport di squadra					X					
• Sport individuali						X				
• Le Olimpiadi e le Paralimpiadi						X				
• Il movimento come prevenzione						X				
• I disturbi del rachide e come prevenirli							X			
• Sedentarietà ed obesità							X			
• Gli aspetti psicologici del movimento								X		
• Mangiare bene								X		
• Il controllo del peso corporeo									X	
• Le fonti energetiche dell'organismo									X	