ISTITUTO PARITARIO SANDRO PERTINI

ISTITUTO TECNICO ECONOMICO

Indirizzo: AMMINISTRAZIONE, FINANZA E MARKETING

Materia: **SCIENZE MOTORIE** CLASSE: **QUINTA**

MESI / **ARGOMENTI**	SETT	OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIUG
Sistemi e apparati del corpo umano	x									
Apparato locomotore	x									
Analisi dettagliata del sistema muscolare suddiviso per distretti corporei		x								
Traumi sportivi		x								
Prevenzione sanitaria: prevenzione primaria			x							
Prevenzione secondaria e terziaria			x							
Attività sportive: aumento dello forza, aumento della velocità				x						
Sport di squadra				x						
Il calcio					x					
Basket					x					
Analisi e sviluppo delle capacità coordinative e condizionali						x				
Olimpiadi moderne						x				
Le Paralimpiadi							x			
Sport individuali							x			
Atletica leggera								x		
Lo yoga e il pilates								x		
Il doping									x	
Stile di vita sano									x	
La dieta mediterranea										x