



ANNO SCOLASTICO 2020/2021

PROGRAMMA SVOLTO

INDIRIZZO DI RIFERIMENTO		TURISTICO	
MATERIA	SCIENZE MOTORIE SPORTIVE	CLASSE	1 B
DOCENTE	BERTOLI MARCO		

MODULI/NUCLEI	CONTENUTI
MODULO 1: DAD	TERMINOLOGIA DELL'INSEGNANTE
MODULO 2: DAD	SISTEMA SCHELETRICO
MODULO 3: DAD	SISTEMA MUSCOLARE
MODULO 4: DAD	SISTEMA NERVOSO
MODULO 5: DAD	SISTEMA ENDOCRINO



ANNO SCOLASTICO 2020/2021

MODULO 6: DAD	SISTEMI ENERGETICI
MODULO 7: DAD	SISTEMA CARCIO- CIRCOLATORIO
MODULO 8: ATLETICA LEGGERA	<ul style="list-style-type: none">• LAVORO SULLE ANDATURE• LAVORO SULLA RESISTENZA: 100 METRI• LAVORO SULLA RESISTENZA A BASSA INTENSITA'
MODULO 9: PREPARAZIONE ATLETICA	<ul style="list-style-type: none">• LAVORO SULLA FORZA DIMANICA• LAVORO SULLA FORZA ESPLOSIONE• LAVORO SULLA FORZA ISOMETRICA
MODULO 10: DAD DAD	<ul style="list-style-type: none">• PREPARAZIONE ATLETICA A DISTANZA CON VIDEO DELL'INSEGNANTE DI LAVORI DI FUNCTIONAL TRAINING SIA A CORPO LIBERO SI CON L'UTILIZZO DI PICCOLI ATTREZZI
MODULO 11: DAD DAD	<ul style="list-style-type: none">• PRIMO SOCCORSO



ANNO SCOLASTICO 2020/2021

MODULO 12: DAD	<p>EDUCAZIONE STRADALE:</p> <ul style="list-style-type: none">• Educazione Civica - "Educazione stradale" (Il percorso prevede l'analisi di slide, video o altro materiale fornito dal docente)• La sicurezza sulla strada. Comportamenti e regole di educazione stradale. La segnaletica stradale.• Gli effetti dell'alcol sulla guida. Le sanzioni previste in caso di guida in stato di ebbrezza.• Cosa sono le infrazioni e le sanzioni amministrative. La segnaletica verticale e in particolare tutti i segnali di pericolo e come ci si deve comportare in presenza dei segnali di pericolo. <p>ora</p>
-----------------------	---

11/05/201	Bertoli Marco	