



ANNO SCOLASTICO 2020/2021

PROGRAMMA SVOLTO

INDIRIZZO DI RIFERIMENTO	TURISTICO		
MATERIA	SCIENZE MOTORIE SPORTIVE	CLASSE	III A TUR
DOCENTE	BERTOLI ALESSANDRO		

MODULI/NUCLEI	CONTENUTI
MODULO 1: TERMINOLOGIA Teorico	Il linguaggio dell'insegnante Assi – Piani Posizioni fondamentali Movimenti fondamentali
MODULO 2: MODULI SICUREZZA Teorico	Moduli sicurezza sul lavoro
MODULO 3: UDA Teorico	Mobilità sostenibile
MODULO 4: ATTIVITA' ALL'ARIA APERTA Pratico	Walking
MODULO 5: IL CONTROLLO DELLA POSTURA Teorico	La schiena e l'importanza della postura Discopatie, artrosi vertebrale, spondilolistesi I difetti posturali I dismorfismi I Paramorfismi L'analisi della postura Le cause specifiche e non specifiche del dolore Presenza di coscienza dei movimenti della colonna vertebrale La rieducazione posturale



ANNO SCOLASTICO 2020/2021

30/05/2021	Bertoli Alessandro	
Dal 12/09/2020 al 08/06/2021	Prove scritte con Meet e Classroom	DAD

DATA
Brescia,08/06/2021

FIRMA DOCENTE
Alessandro Bertoli

FIRME STUDENTI