



**ANNO SCOLASTICO 2020/2021**

## **PROGRAMMA SVOLTO**

<b>INDIRIZZO DI RIFERIMENTO</b>		<b>TURISTICO</b>	
<b>MATERIA</b>	<b>SCIENZE MOTORIE SPORTIVE</b>	<b>CLASSE</b>	<b>III A TUR</b>
<b>DOCENTE</b>	<b>BERTOLI ALESSANDRO</b>		

<b>MODULI/NUCLEI</b>	<b>CONTENUTI</b>
<b>MODULO 1:</b> TERMINOLOGIA Teorico	Il linguaggio dell'insegnante Assi – Piani Posizioni fondamentali Movimenti fondamentali
<b>MODULO 2:</b> MODULI SICUREZZA Teorico	Moduli sicurezza sul lavoro
<b>MODULO 3:</b> <b>UDA</b> Teorico	Mobilità sostenibile
<b>MODULO 4:</b> ATTIVITA' ALL'ARIA APERTA Pratico	Walking
<b>MODULO 5:</b> 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**

<b>30/05/2021</b>	<b>Bertoli Alessandro</b>	
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