



**ISTITUTO PROFESSIONALE**

**dei SERVIZI per la SANITA' e l'ASSISTENZA SOCIALE**

**MATERIA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

**III SSAS**

**DOCENTE: Prof. Damiano Ciao**

**Modulo 1: Accrescere la padronanza di se**

- Le capacità motorie

**Modulo 2: Lo sport, le regole ,il fair play**

- Conoscenze relative alle tecniche e tattiche degli sport di squadra e individuali
- Tornei, giochi, partite
- Sport in ambiente urbano, aerobica, step, cardio – fitness

**Modulo 3: Salute, benessere, sicurezza e prevenzione**

- I danni provocati da sostanze nocive: fumo, alcool, droghe, sostanze dopanti
- Concetto di salute come mantenimento, con regole di vita corrette e prevenzione

**Modulo 4: Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico**

- Le caratteristiche dei vari ambienti naturali e delle possibilità che offrono
- Tutelare e rispettare la natura
- Come leggere carte e mappe ed utilizzare la bussola
- I pericoli che nasconde l'ambiente naturale
- Orienteering
- Trekking