

**PROGRAMMA DISCIPLINARE DI Scienze Motorie e Sportive**

**Materia Sc. Motorie e Sportive**

**Prof. Nacci Luciano**

**Classe V A RIM**

**Libri di testo: Più Movimento**

**ARGOMENTI SVOLTI**

**L'ALIMENTAZIONE SOSTENIBILE:**

**- Consigli per un’alimentazione sostenibile;**

**- gli sprechi alimentari;**

**- la dieta mediterranea;**

**- individuare il BMI e il fenotpio di appartenenza.**

**EDUCAZIONE ALLA SALUTE**

**- Gli effetti di fumo, alcol e droghe sulla mente e sul corpo;**

**- la prevenzione dalle dipendenze Il doping.**

**ORGANIZZARE UN EVENTO SPORTIVO**

**- Organizzare un evento sportivo;**

 **- i permessi necessari, la logistica, e la gestione degli spazi e dei tempi;**

 **- le fasi del torneo.**

PARTE DEL PROGRAMMA DA SVOLGERE DOPO IL 15 MAGGIO

**I GIOCHI SPORTIVI**

**- Il regolamento, la tecnica e la tattica dei principali giochi sportivi;**

**- la Pallavolo, Basket**

Santeramo in Colle, 10/05/2024

Il/la docente

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_