

**PROGRAMMA  
A.S. 2018/2019**

<b>Materia:</b>	<b>Scienze Motorie</b>
<b>Classe:</b>	<b>Secondo Liceo Sportivo</b>
<b>Insegnante/i:</b>	<b>Marco Tamburini</b>
<b>Libri di testo:</b>	<b>Più Movimento - Scienze Motorie - Volume unico</b>

<b>n° e titolo modulo o unità didattiche/formative</b>		<b>Argomenti e attività svolte</b>
<b>1</b>	<b>CAPACITA' E ABILITA' ESPRESSIVE</b>	Il linguaggio del corpo
<b>2</b>	<b>SALUTE E BENESSERE</b>	Una sana alimentazione
<b>3</b>	<b>FITNESS E ALLENAMENTO</b>	Test e valutazione Prestazioni diverse Altitudine Profondità ** PIU' MOVIMENTO Discipline Sportive
<b>4</b>	<b>IL DOPING</b>	Che cos è Le sostanze sempre proibite Le sostanze proibite in competizione I metodi proibiti Le sostanze non soggette a restrizioni
<b>5</b>	<b>ATTIVITA' IN AMBIENTE NATURALE</b>	Fare sport all'aria aperta

Cecina, 1 ottobre 2018

Firma Insegnante/i

---

---