

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

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

n° e titolo modulo o unità didattiche/formative		Argomenti e attività svolte
1	L'ALLENAMENTO	Rendimento e Prestazione I parametri dell'allenamento La metodologia dell'allenamento Avviamento motorio e defaticamento I test da campo ** Più movimento - Discipline Sportive secondo biennio
2	L'ALLENAMENTO NEGLI SPORT	Gli sport individuali Gli sport di squadra Gli sport combinati Gli sport di combattimento ** Più movimento - Discipline Sportive secondo biennio
3	STATISTICA DI BASE	Media, Deviazione Standard trattamento dei dati
4	SPORT PREVENZIONE E MEDICINA	Medicina dello Sport e traumi
5	TECNOLOGIA E ALLENAMENTO	Dallo strumento monofunzione allo smartphone multiuso Il rapporto tra sport e tecnologia Sport e tecnologie (Più Movimento Discipline sportive pag.145)

Cecina, 1 ottobre 2018

Firma Insegnante/i
