

PROGRAMMA D'ESAME DI SCIENZE MOTORIE

CLASSI QUINTE

- I MUSCOLI:
 - La meccanica dell'apparato locomotore (muscoli- tendini- legamenti)
 - Principali muscoli scheletrici nomenclatura

- ED. POSTURALE
 - Paramorfismi e dismorfismi
 - Rieducazione posturale

- PRIMO SOCCORSO:
 - BLS E BLSD
 - traumatologia

- SALUTE E BENESSERE
 - Alimentazione nello sportivo
 - Disturbi alimentari

- GIOCHI SPORTIVI:
 - storia, regole, tecniche di gioco, discipline sportive
 - Pallavolo
 - Tennistavolo
 - Storia delle Olimpiadi

Erba, 19/02/2025

IL DOCENTE COORDINATORE

Prof.ssa Benfenati Daniela