



**Istituto Professionale di Stato per i Servizi Alberghieri
con Convitto annesso "Dea Persefone"**

Sede Via Tevere, 1 – 89044 LOCRI (RC) Tel. Scuola 0964/21357 – 0964/048037 – Fax 0964/048036
Tel. Convitto 0964/048052 – Cod. Mecc. RCRH080001 – C.F. 81000650804 – Sito: www.ipssalocri.edu.it
P.E.O. : rchr080001@istruzione.it – P.E.C. : rchr080001@pec.istruzione.it

**PROGRAMMA ESAME IDONEITA' / INTEGRATIVI
Argomenti e contenuti della CLASSE III**

DISCIPLINA : SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

CANDIDATO/A _____

PRINCIPALI ARGOMENTI E CONTENUTI ESSENZIALI

UNITÀ DIDATTICA	CONTENUTI
A. CORPO, SUA ESPRESSIVITA' E CAPACITA' CONDIZIONALI	- Conoscere le potenzialità del movimento del proprio corpo, le posture corrette e le funzioni fisiologiche - Riconoscere il ritmo delle azioni
B. PERCEZIONE SENSORIALE, MOVIMENTO E SUA RELAZIONE CON SPAZIO E TEMPO	- Conoscere i principi scientifici fondamentali che sottendono la prestazione motoria e sportiva, la teoria e metodologia dell'allenamento sportivo
C. GIOCO, GIOCO-SPORT, SPORT	- Conoscere la struttura e l'evoluzione dei giochi e degli sport affrontati anche della tradizione locale e l'aspetto educativo e sociale degli sport
D. SICUREZZA, SALUTE E ATTIVITA' IN AMBIENTE NATURALE	- Conoscere i principi fondamentali di prevenzione ed attuazione della sicurezza personale in palestra, a scuola e negli spazi aperti - Conoscere gli elementi fondamentali del primo soccorso

_____, _____
Luogo e data

Firma del/la Candidato/a

.....

Firma del Genitore / Tutore (per i candidati minorenni)

.....