

**ISTITUTO PROFESSIONALE DI STATO PER I SERVIZI  
PER L'ENOGASTRONOMIA E L'OSPITALITA' ALBERGHIERA**

## **“AURELIO SAFFI”**

Via del Mezzetta, 15 - 50135 FIRENZE  
tel. 055-666383 - 677142 - fax 055-670597 – e-mail: [firh01000p@istruzione.it](mailto:firh01000p@istruzione.it)

Anno Scolastico 2018-2019

# **PROGRAMMAZIONE DIPARTIMENTO SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

*Tutte le attività proposte sono calibrate e adatte all'età di riferimento;  
inoltre sono programmate in maniera progressiva.*

## **CLASSI PRIME**

- Conoscenza delle varie parti del corpo umano
- Conoscenza della terminologia di base del movimento
- Fumo, alcol e droghe: i loro effetti a breve e a lungo termine nell'organismo
- Elementi di base per l'attivazione fisiologica (*riscaldamento*)
- Rielaborazione ed affinamento degli schemi motori di base
- Conoscenza ed esecuzione di alcuni sport individuali
- Conoscenza ed esecuzione di alcuni sport di squadra.