



**Istituto di Istruzione Secondaria Superiore  
"GIORGIO AMBROSOLI"**

Disciplina	Scienze motorie
Settore	economico/tecnologico
Indirizzo	Amministrazione, finanza e marketing/costruzione ambiente e territorio
Anno	Terzo e quarto
Conoscenze (sapere)	Abilità (saper fare)
Buona padronanza del sé corporeo ampliamento delle capacità condizionali e coordinative.	Elaborare risposte motorie efficaci in situazioni più complesse. Assumere posture corrette in presenza di carichi.
Conoscere la struttura e le regole degli sport praticati.	Trasferire tecniche, strategie e regole adattandole alle capacità, esigenze, spazi e tempi di cui si dispone.
Conoscere le norme di sicurezza per prevenire infortuni. Conoscere i principi per adottare corretti stili di vita.	Saper prevenire infortuni con adeguato riscaldamento per le diverse attività proposte. Adottare un corretto stile di vita.
Potenziare le conoscenze realizzabili in ambiente naturale.	Aver acquisito un miglior rapporto con la natura ed essere in grado di rispettare l'ambiente che lo circonda.

