**SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

**La percezione di sé e il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie**

Le capacità condizionali

Le capacità coordinative

La danza

**Salute , benessere, sicurezza e prevenzione**

L’alimentazione :

1.La funzione degli alimenti

2. I nutrimenti : :

glucidi

lipidi

proteine

vitamine

l’acqua

L’alimentazione nelle varie fasi della vita

L’apparato digerente

Cenni sul primo soccorso

**Lo sport ,le regole e il fair play**

La pallavolo:

la storia

il terreno di gioco

tecnica e tattica del gioco

Gli sport più diffusi nel territorio di Marcianise e dintorni

Eventi sportivi sul territorio

**Relazione con l’ambiente naturale e tecnologico**

Software:

Conta-passi / perdi-peso

Runtestic- corsa e fitness

Contatore calorie