

EDUCAZIONE MOTORIA

Conoscere il nostro corpo e sapere come prendercene cura è il primo passo da compiere verso una più profonda consapevolezza di noi stessi e insieme al corretto esercizio fisico possono davvero fare la differenza.

Uno sguardo più da vicino sullo sport e sul movimento è quello che troverai nel corso di educazione motoria di MyEdu.



SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

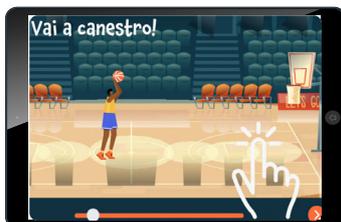
I contenuti di **educazione motoria** di MyEdu sono organizzati in quattro corsi e riprendono le tematiche dei contenuti veicolati nei tre anni della **scuola secondaria di primo grado**: Una macchina perfetta: il corpo umano; Sport di squadra; Sport individuali; La cura di sé: benessere e buone abitudini. Tutti e quattro i corsi vogliono illustrare l'importanza dell'**esercizio fisico** e della **conoscenza e cura del proprio corpo** per lo sviluppo psico-fisico dei ragazzi. Per questo motivo, a lezioni sul corpo umano, sulla fisiologia e sulle funzioni dei diversi apparati si affiancano contenuti su rilassamento, cura di

sé, alimentazione e benessere. Ampio spazio è dato alle **discipline sportive**, sia individuali che di squadra, per comprenderne le **tecniche base** e i **regolamenti**, attraverso spiegazioni interattive, curiosità e illustrazioni. Particolare attenzione è stata data allo **sport legato alla disabilità**, grazie anche al prezioso contributo offerto da **Alessia Berra**, atleta paralimpica della nazionale italiana di nuoto, che in una videointervista spiega quanto lo sport sia fondamentale per lo **sviluppo**, la **terapia**, l'**inclusione** e il **benessere** delle persone con disabilità.

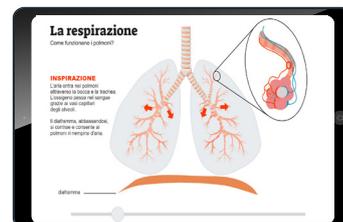
OBIETTIVI DIDATTICI e CONTENUTI



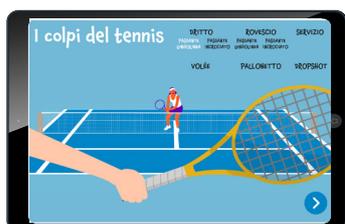
Lezioni online



Contenuti multimediali



Interattività



Interattività



Video intervista

Schede
in pdf da
scaricare



OBIETTIVI DIDATTICI

- Osservare norme igienico-sanitarie funzionali al mantenimento di uno stato di salute ottimale
- Riconoscere l'utilità dell'esercizio sportivo come mezzo idoneo per favorire il mantenimento della salute
- Conoscere le principali tecniche sportive e le regole di alcuni sport individuali e di squadra
- Conoscere la funzione degli apparati del corpo umano
- Conoscere le prime basi di primo soccorso

CONTENUTI

- 30 lezioni
- 35 approfondimenti
- 22 verifiche
- 9 video
- 41 interattività
- 11 animazioni