



LICEO SCIENTIFICO "AMEDEO DI SAVOIA" PISTOIA 

ANNO SCOLASTICO 2020/21
PROGRAMMA SVOLTO: EDUCAZIONE CIVICA
DOCENTE: RAFFAELLA TONINELLI
CLASSE 2^ B indirizzo ordinario

EDUCAZIONE CIVICA

Contenuti e tematiche affrontate

- il concetto di salute come stato di benessere fisico, psichico e sociale e non come semplice assenza di malattia : le Life Skills e concetto di benessere
- La Sicurezza : comportamenti più adeguati da adottare per la tutela della sicurezza propria e degli altri e dell'ambiente in cui si vive
- Informazioni sui principi fondamentali di prevenzione ed attuazione della sicurezza personale in palestra, a scuola e negli spazi aperti, il rispetto della convivenza civile, degli spazi e delle attrezzature.
- la funzione fondamentale del movimento nel mantenimento dell'efficienza psicofisica. I metodi alternativi di allenamento psicofisico: il Pilates. lo Yoga, il Training Autogeno
- La sicurezza in Montagna

Letto studenti della classe, che concordano

Pistoia li 04 giugno 2021

Docente: Prof.ssa Raffaella Toninelli