|  |  |
| --- | --- |
|  | **“Scuola Sicura”**  *Progetto di integrazione della sicurezza del lavoro nei curricola della scuola secondaria di 2° grado* |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **COMPETENZA** | 2 - Riconoscere, valutare, gestire e prevenire il rischio, il pericolo, il danno fisico connesso all’attività in palestra e a quella lavorativa; scegliere il comportamento adeguato in presenza di un infortunio | |
| **U.F.** | INFORTUNI E MALATTIE PROFESSIONALI,MOVIMENTAZIONE MANUALE DEI CARICHI E MOVIMENTI RIPETITIVI, EMERGENZE : PRIMO SOCCORSO- Modulo 2 | |
| **AREA** | Scientifica (Scienze motorie) | |
| **CLASSI** | Terze ITI | Intero a.s. |

| **ABILITÀ** | **CONOSCENZE** | **MOD.2 (SYLLABUS )** | **ATTIVITÀ** | **MATERIALI DIDATTICI** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. OSSERVARE e PRENDERE coscienza del proprio corpo e fare una “autoanalisi posturale” 2. AUTOCORREGGERE la propria postura nella vita quotidiana 3. MANTENERE la postura corretta in posizioni statiche della vita quotidiana 4. SOLLEVARE pesi nel modo corretto 5. APPLICARE procedure adeguate alla situazione in presenza di un infortunio | PREVENZIONE E PROTEZIONE  Essere informato sulle posture scorrette  delle posture corrette nelle diverse posizioni del corpo (eretta, seduta, in decubito)  Prevenzione degli infortuni sportivi    REGOLAMENTI  Primo soccorso:  adempienze e misure attuative | (Mod.1) - Conoscenza generale  1.1 - Termini della sicurezza  1.4.1- Possibili interventi di prevenzione  1.2 Danni causati dalla sedentarietà  (Mod.2)  1.2 - Incidenti mancati - Infortuni sportivi  1.3.1- Analisi di infortuni accaduti e delle loro cause e degli interventi preventivi  (Mod.1) - 9 - Movimentazione manuale dei carichi e movimenti ripetitivi  9.2 - Rischi specifici  9.2.2 - Corretta modalità di movimentazione manuale  (Mod.2) - 4 - Movimentazione manuale dei carichi, movimenti ripetitivi  (Mod.2) - 10 - Emergenze  10.1. Primo soccorso: diritti e doveri | 1. Visione di filmati riguardanti l’apparato muscolo-scheletrico( funzioni, struttura della colonna vertebrale e muscoli posturali);Vizi posturali, dismorfismi e paramorfismi,traumi a carico dell’apparato muscolo-scheletrico, contusioni, ferite, abrasioni, escoriazioni, distorsioni e lussazioni, fratture composte, scomposte, esposte | Dispensa di Primo soccorso della Croce Rossa Italiana  Attrezzature disponibili in palestra  Croce Rossa Italiana - Progetto BLSD-CRI - <https://www.cri.it/flex/cm/pages/ServeBLOB.php/L/IT/IDPagina/2234>  Centro italiano di ergonomia - <http://www.centro-ergonomia.it/ergonomia>  **VIDEO SUGGERITI:** ANPAS - Corso di primo soccorso (10 min) - <https://www.youtube.com/watch?v=x69bHum-YP8> |
| **VERIFICA FINALE**  **Tipologia:**Tipologie varie atte alla valutazione in itinere delle abilità e delle conoscenze + Test finale **Durata**:variabile | | | | |
| **TEMPO COMPLESSIVO lezioni teorico/ pratiche**15 ore | | | | |