



ISTITUTO TECNICO ECONOMICO E TECNOLOGICO

“PADRE A.M. TANNOIA”

CORATO-RUVO DI PUGLIA (BA)

PROGRAMMA SVOLTO

ANNO SCOLASTICO 2023/2024

DISCIPLINA	Scienze Motorie Sportive
CLASSE	3[^]
SEZIONE	A
INDIRIZZO	CAT
SEDE	Corato
DOCENTE	PROF.SSA LUCIA LEUCI

PERCORSO DI APPRENDIMENTO

N.	Titolo dell'U.d.A.	Contenuti trattati
1	CORPO E MOVIMENTO	Corpo Umano Sistema muscolare Apparato digerente Energetica muscolare e meccanismi di produzione ATP Muscoli e movimento Capacita' Motorie Organiche Condizionali Forza
2	SPORT, REGOLE E FAIR PLAY	Esercizi di miglioramento della forza Progressione workout/plank Progressione esercizi coordinativi anche con piccoli attrezzi Tattica e schemi di gioco agli sport di squadra (Pallavolo)
3	SALUTE BENESSERE AMBIENTE SICUREZZA E PREVENZIONE	Alimentazione e principi applicati allo sport
Libro/i di testo:		
Più movimento SLIM Fiorini Bocchi Coretti Chiesa Marietti Scuola		

Contributo disciplinare all'insegnamento trasversale di Educazione Civica
Numero di ore://
Argomenti: /////

Corato, 04/06/2024

Gli studenti

Sara Franchiella
 Bonanni Silvana
 Catalana Fabiana

La docente

prof.ssa Lucia Leuci
