



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	AGRO
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

Lara...
.....
Maria...
.....
Michela...
.....

La docente

prof.ssa Lucia Leuci
Lucia Leuci