



ISTITUTO TECNICO ECONOMICO E TECNOLOGICO

“PADRE A.M. TANNOIA”

CORATO-RUVO DI PUGLIA (BA)

PROGRAMMA SVOLTO

ANNO SCOLASTICO 2023/2024

DISCIPLINA	SCINZE MOTORIE E SPORTIVE
CLASSE	2 [^]
SEZIONE	C
INDIRIZZO	AFM
SEDE	CORATO
DOCENTE	PROF.SSA PAGANO GIULIA

PERCORSO DI APPRENDIMENTO

N.	Titolo dell'U.d.A.	Contenuti trattati
1	CORPO E MOVIMENTO	<p>APPARATO LOCOMOTORE. APPARATO CARDIOCIRCOLATORIO APPARATO RESPIRATORIO CAPACITA' CONDIZIONALI:</p> <ul style="list-style-type: none"> - FORZA - RESISTENZA - VELOCITA' - MOBILITA' ARTICOLARE <p>LAVORO AEROBICO E ANAEROBICO I MECCANISMI DI PRODUZIONE ENERGETICA ALLENAMENTO SPORTIVO E ADATTAMENTO FISICO FASI DI UNA SEDUTA DI ALLENAMENTO</p>
2	SPORT, REGOLE E FAIR PLAY	<p>REGOLAMENTO DEGLI SPORT DI SQUADRA:</p> <ul style="list-style-type: none"> - CALCIO - PALLAVOLO - PALLACANESTRO - NUOTO - ORIENTEERING <p>ATLETICA LEGGERA:</p> <ul style="list-style-type: none"> - CORSA VELOCE - CORSA DI RESISTENZA - CORSA A OSTACOLI - STAFFETTA - GETTO DEL PESO - SALTO IN LUNGO <p>IL FAIR PLAY NELLO SPORT E NELLA VITA</p>
3	SALUTE BENESSERE AMBIENTE SICUREZZA E PREVENZIONE	<p>LE DIPENDENZE: GLI EFFETTI DEL FUMO IL DOPING: CONSEGUENZE SULLA SALUTE. IL LINGUAGGIO CORPOREO E GLI ASPETTI DELLA COMUNICAZIONE. L'ALIMENTAZIONE DELLO SPORTIVO IN RELAZIONE ALL'ETA' COME L'ALIMENTAZIONE DETERMINA I CAMBIAMENTI CORPOREI LA SICUREZZA STRADALE E IN PALESTRA CONOSCERE E PREVENIRE I RISCHI NELL'ATTIVITA' MOTORIA</p>

Libro/i di testo:

ATTIVITI! Sport e Sane Abitudini – Marietti Scuola
 MAGAZINE Attiviti! – Marietti Scuola

--

Contributo disciplinare all'insegnamento trasversale di Educazione Civica
Numero di ore: 02
Argomenti: FAIR PLAY NELLO SPORT E NELLA VITA

Corato, 04/06/2024

Gli studenti

Luca
.....
Gabriele
.....
Giorgia de Palma
.....

La docente

prof.ssa GIULIA PAGANO
Giulia Pagano