



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	1 [^]
SEZIONE	B
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 SCHELETRICO: FUNZIONI E PROTEZIONE ORGANI.</p> <p>LE ARTICOLAZIONI</p> <p>CAPACITA' COORDINATIVE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - EQUILIBRIO - RITMO - VELOCITA' - MOBILITA' ARTICOLARE
2	SPORT, REGOLE E FAIR PLAY	<p>LE REGOLE DI GIOCO:</p> <ul style="list-style-type: none"> - CALCIO - PALLAVOLO - PALLACANESTRO - CORSA DI ORIENTAMENTO E LETTURA DELLA CARTA DEL LUOGO. <p>ATLETICA LEGGERA:</p> <ul style="list-style-type: none"> - CORSA VELOCE - CORSA CAMPESTRE - 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</p> <p>LA POSTURA CORRETTA</p> <p>ATTIVITA' FISICA E MIGLIORAMENTO DELLE DIFESE IMMUNITARIE.</p> <p>PARAMORFISMI E DISFORMISMI DELLA COLONNA VERTEBRALE.</p> <p>L'ALIMENTAZIONE DELLO SPORTIVO IN RELAZIONE ALL'ETA'</p> <p>COME L'ALIMENTAZIONE DETERMINA I CAMBIAMENTI CORPOREI</p> <p>LA SICUREZZA STRADALE E IN PALESTRA</p> <p>CONOSCERE E PREVENIRE I RISCHI NELL'ATTIVITA' MOTORIA</p>

Libro/i di testo:

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

