



Ministero dell'Istruzione e del Merito

ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE "J. TORRIANI" - ISTITUTO TECNICO - LICEO SCIENTIFICO

Via Seminario, 17/19 - 26100 CREMONA - Tel. 0372 28380

ISTITUTO PROFESSIONALE – Sezione associata "ALA PONZONE CIMINO"

Via Gerolamo da Cremona, 23 - 26100 CREMONA - Tel. 0372 35179

E-mail: cris004006@pec.istruzione.it, cris004006@istruzione.it - www.iistorriani.it

C.F.: 80003100197 – Cod. Mecc.CRIS004006 - Sistema Certificato ISO 9001:2015 CSQA n. IT-144594-83471

PROGRAMMA SVOLTO

A.S. 2023/2024

DOCENTE:	Aloisio Antonino Fortunato
DISCIPLINA:	Scienze Motorie e Sportive
CLASSE:	5BMEM

Per ogni Modulo svolto vengono indicati i relativi contenuti affrontati.

MODULO	CONTENUTI
POTENZIAMENTO GRANDI APPARATI (Circolatorio, Respiratorio, Muscolare, Articolare)	<ul style="list-style-type: none">- Concetti di Anatomia e fisiologia del corpo umano- L'allenamento delle capacità motorie- Lo sviluppo funzionale delle capacità motorie- Rielaborazione degli schemi motori di base ed elaborazione di schemi motori complessi- Gli effetti positivi della pratica fisica- Diversi tipi di forza

ATTIVITA' SPORTIVE INDIVIDUALI E DI SQUADRA	<ul style="list-style-type: none"> -I movimenti fondamentali degli sport individuali e di squadra - Attività sportive individuali e di squadra - Sport di squadra, gli schemi di gioco (tecnica e tattica) e i ruoli fondamentali - I regolamenti - I gesti arbitrali e i compiti di giuria - Le caratteristiche dei principali sport - Sport e ambiente
SALUTE BENESSERE E PREVENZIONE	<ul style="list-style-type: none"> - Gli effetti positivi della pratica fisica - Principi fondamentali di prevenzione - Principali nozioni di primo soccorso
EDUCAZIONE CIVICA	<ul style="list-style-type: none"> -Le principali nozioni di primo soccorso

Firma Docente _____

Data _____

Firma Delegati di classe _____ **Data** _____

Il programma è stato visionato e approvato dai rappresentanti degli studenti della classe

Il programma è stato portato alla conoscenza della classe e firmato in originale dai docenti e dai delegati di classe degli studenti in data _____.