



PROGRAMMA

Anno Scolastico 2022/2023

Classe: II sez. H

Disciplina: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Docente: TURANO ANNALISA



"ETTORE MAJORANA" DI CASSINO

PROGRAMMA SVOLTO

Pag.2 di 2

Programma Svolto

n°del modulo	Nome del modulo	n° u.d.	Unità didattiche	Argomenti svolti	Argomenti non svolti
1	Il Movimento	1.	Schemi motori di base	SI	
		2.	Le capacità coordinative	SI	
		3.	Le capacità condizionali	SI	
2	In Palestra	1	Sport individuali: Corsa	SI	
		2	Sport individuali: Il salto	SI	
		3	Sport di squadra: Pallavolo	SI	
		4	Sport di squadra: Basket	SI	
		5	Sport di squadra: Calcetto	SI	
3	Il Corpo Umano	1	Le articolazioni	SI	
		2	Apparato cardio-respiratorio	SI	
		3	Prevenzione degli infortuni e primo soccorso	SI	
4	Ed. Civica: Costituzione, Istituzione, regole e legalità (diritto alla salute)	1	Un corretto stile di vita (alimentazione)	SI	

Cassino 08/06/2023

LA DOCENTE