

## **PROGRAMMA**

**Anno Scolastico 2022/2023**

**Classe \_\_2\_\_ sez. \_\_M\_\_**

**Disciplina \_\_Scienze Motorie\_\_**

**Docente/i \_\_Arpino Gianfranco\_\_**



"ETTORE MAJORANA" DI CASSINO

## PROGRAMMA SVOLTO

Pag.2 di 3

### Programma Svolto

n° UDA	UDA	n° u.d.	Unità didattiche	Argomenti svolti	Argomenti non svolti
1	_IL CORPO UMANO, ABUSO DI SOSTANZE PSICOTROPE E ALCOL GLI INFORTUNI	1	Nozioni di anatomia	<ul style="list-style-type: none"><li>- Anatomia e funzionalità della colonna vertebrale</li><li>- Apparato cardio circolatorio</li><li>- Contrazione muscolare</li><li>- Giusta idratazione nella pratica sportiva</li><li>- Principi fondamentali di alimentazione</li></ul>	
		2	Fumo, alcol e loro effetti	<ul style="list-style-type: none"><li>- Doping</li></ul>	
		3	Infortunio e primo soccorso	<ul style="list-style-type: none"><li>- Apparato muscolo-scheletrico</li></ul>	
2	I giochi sportivi	1	Pallavolo e pallamano	<ul style="list-style-type: none"><li>- Fondamentali di pallavolo</li><li>- Fondamentali di pallamano</li></ul>	



"ETTORE MAJORANA" DI CASSINO

## PROGRAMMA SVOLTO

Pag.3 di 3

		2	Pallacanestro e Calcio a 5	- Fondamentali di pallacanestro - Fondamentali del calcio	
3	Sport Individuali	1	Atletica Leggera	- Propedeutici al salto in alto	
4	Educazione civica Costituzione, Istituzione, regole e legalità	1	Lealtà sportiva: doping ed illecito Sportivo	- Doping e illecito sportivo	

Eventuali integrazioni al piano di lavoro annuale previsto

IL/I DOCENTE/I

*Gianfranco Agnelli*