

PROGRAMMA

Anno Scolastico 2022/2023

Classe __3__ sez. __ACA__

Disciplina __Scienze Motorie__

Docente/i __Arpino Gianfranco__



Programma Svolto

n° UDA	UDA	n° u.d.	Unità didattiche	Argomenti svolti	Argomenti non svolti
1	_IL CORPO UMANO, alimentazione e doping	1	Nozioni di anatomia	<ul style="list-style-type: none">- Apparato muscolo-scheletrico- Anatomia e funzionalità della colonna vertebrale- Sistemi energetici- Giusta idratazione nell'attività sportiva	
		2	Principi alimentari	<ul style="list-style-type: none">- Principi fondamentali di alimentazione, vitamine, proteine e Sali minerali	
		3	Concetto di doping	<ul style="list-style-type: none">- Salute e fattori di rischio	
2	I giochi sportivi	1	Pallavolo e pallamano	<ul style="list-style-type: none">- Fondamentali di pallavolo- Fondamentali di pallamano	



"ETTORE MAJORANA" DI CASSINO

PROGRAMMA SVOLTO

Pag.3 di 3

		2	Pallacanestro e Calcio a 5	<ul style="list-style-type: none">- Fondamentali di pallacanestro- Fondamentali di calcio	
3	Sport Individuali	1	Atletica Leggera	<ul style="list-style-type: none">- Corsa 100m- Salto in alto- Circuito	
4	Educazione civica: Agenda 2030 e sviluppo sostenibile	1	La salute e i fattori di rischio	<ul style="list-style-type: none">- Salute e fattori di rischio	

Eventuali integrazioni al piano di lavoro annuale previsto

IL/I DOCENTE/I

Giovanna Agnelli