



I.I.S.S. "LAPORTA/FALCONE-BORSELLINO"

Sede centrale: Viale Don Tonino Bello snc – 73013 Galatina (LE) – Tel. 0836/561117

Sede staccata: Viale Don Bosco, 48 – 73013 Galatina (LE) – Tel. 0836/561095

Codice Fiscale: 93140040754 – Codice Ufficio: UFJ5EL – Codice IPA: iisslfb

E-Mail: leis04900g@istruzione.it - pec: leis04900g@pec.istruzione.it

DOCUMENTO DEL CONSIGLIO DI CLASSE

(ai sensi della Legge n. 425/97 e del D.P.R. n. 323/98)

Classe **QUINTA** Sez. A

**INDIRIZZO
MANUTENZIONE**

ALLEGATO A

PROGRAMMA SVOLTO

**Prof.
DI PRIZIO ANTONIO**

**Materia d'insegnamento:
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

Anno Scolastico 2020/2021

CONTENUTI DISCIPLINARI

PROGRAMMA SVOLTO DAL 26/09/2020 AL 24/10/2021 IN PRESENZA

LE CAPACITA' COORDINATIVE E CONDIZIONALI:

- ESERCIZI A CORPO LIBERO E CON L'AUSILIO DI PICCOLI ATTREZZI PER IL MIGLIORAMENTO DELLA COORDINAZIONE, EQUILIBRIO, MOBILITA' ARTICOLARE, FORZA, RESISTENZA E VELOCITA'

PALLACANESTRO:

- FONDAMENTALI E REGOLE DEL GIOCO

PALLAVOLO:

- TECNICA, TATTICA E REGOLAMENTO DELLA PALLAVOLO
- ARBITRAGGIO DI UNA PARTITA

TENNIS TAVOLO:

- FONDAMENTALI E REGOLE DEL GIOCO

PROGRAMMA SVOLTO DAL 31/10/2020 AL 30/05/2020 CON D.A.D.

IL CORPO UMANO:

- APPARATO SCHELETRICO E SISTEMA MUSCOLARE
- NOZIONI SU PARAMORFISMI E DISMORFISMI DELLA COLONNA VERTEBRALE (IPERCIFOSI, IPERLORDOSI E SCOLIOSI)
- APPARATO CARDIO CIRCOLATORIO
- APPARATO RESPIRATORIO

STAR BENE: STILE DI VITA E PREVENZIONE

- MISURE DI PREVENZIONE ANTI-COVID DA TENERE IN PALESTRA
- ATTIVITA' IN AMBIENTE NATURALE E SUOI BENEFICI
- NOZIONI SUI DANNI DEL TABACCO, DELLE DROGHE, DELL'ALCOOL
- IL DOPING

NOZIONI DI PRIMO SOCCORSO

- COME COMPORTARSI IN CASO DI CONTUSIONI, DISTORSIONI, FERITE

STORIA DELL'EDUCAZIONE FISICA E DELLO SPORT
LE OLIMPIADI

IL RISPETTO DELLE REGOLE ATTRAVERSO I GIOCHI SPORTIVI
IL FAIRPLAY

TESTO UTILIZZATO

MANUALE ILLUSTRATO DELL'EDUCAZIONE FISICA SCOLASTICA
AUTORI: BALBONI-DISPENSA-PIOTTI

Galatina, lì

IL DOCENTE
ANTONIO DI PRIZIO

