



Ministero dell'Istruzione e del Merito

REGIONE SICILIANA
**ISTITUTO TECNICO AERONAUTICO
STATALE**
"ARTURO FERRARIN"
CATANIA

Programma didattico annuale di Scienze motorie e sportive
classe 4^B a.s. 2023/2024
Prof. Giosuè Fiorenza

Lezioni pratiche

- Potenziamento della funzionalità cardiocircolatoria e respiratoria: Capacità Condizionali
- Potenziamento muscolare generale e localizzato sui diversi distretti muscolari: Capacità Condizionali - Forza e Velocità (a carico naturale senza attrezzi).
- Esercitazioni di Mobilità articolare (a carico naturale senza attrezzi).
- Incremento e stabilizzazione delle Capacità Coordinative generali (Apprendimento - Consolidamento delle prassie motorie - Adattamento e Trasformazione).
- Incremento e stabilizzazione delle Capacità Coordinative speciali (Ritmo – Equilibrio - Coordinazione oculo-manuale e oculo-podalica - Organizzazione spazio-temporale - Destrezza fine - Combinazione e Fantasia motoria - Capacità di attenzione e di concentrazione).

Lezioni teoriche

- Apparato cardio circolatorio, TIA, Stroke, forame ovale pervio, disfunzioni valvolari, esami diagnostici, sindrome metabolica.
- Ossa della gamba, articolazione tibio-tarsica, lesione ossea da distorsione di caviglia (fissurazione/frattura), tipo di intervento riparativo (chirurgia ortopedica), riabilitazione.
- Ed. Civica: Salute e benessere; assicurare la salute e il benessere per tutti e tutte le età.
- Ed. Civica: I tumori: tumori primari e tumori secondari. La prevenzione dei tumori: prevenzione primaria, prevenzione secondaria e la prevenzione terziaria.
- Badminton, Calcio a cinque, Pallamano, OffBall, Pallavolo, Tennis tavolo: regolamento tecnico.

Prof. Giosuè Fiorenza

*firma autografa sostituita a mezzo stampa
ai sensi dell'art.3 comma 2 D.lgs.39/1993*