



Ministero dell'Istruzione e del Merito
REGIONE SICILIANA
**ISTITUTO TECNICO AERONAUTICO
STATALE**
"ARTURO FERRARIN"
CATANIA

Programma didattico annuale di Scienze motorie e sportive
classe 5^E a.s. 2023/2024
Prof. Giosuè Fiorenza

Lezioni pratiche

- Potenziamento della funzionalità cardiocircolatoria e respiratoria: Capacità Condizionali - Resistenza generale e speciale (a carico naturale senza attrezzi).
- 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

- Ed. Civica: Riduzione dell'inquinamento atmosferico ed acustico in aeronautica
- Ed. Civica: La cultura della donazione di organi e sangue. Centro Nazionale Trapianti in Italia, la rete dei trapianti in Italia; la donazione dopo la morte e la donazione in vita. La donazione del sangue.
- Record mondiali ed olimpici delle discipline sportive riconosciute nelle Olimpiadi.
- Argomenti relativi alla salute che riguardano i viaggi in aereo; fisiologia del volo; aspetti medico-sanitari dei viaggi in aereo; malattia da alte quote; paura di volare.
- 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*