



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

Email: 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
ODONTOTECNICO**

**ALLEGATO A
PROGRAMMA SVOLTO**

**Prof.
Di Prizio Antonio**

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

Anno Scolastico 2024/2025

CONTENUTI DISCIPLINARI

PROGRAMMA SVOLTO

Le Capacità Coordinative e Condizionali:

- Esercizi a corpo libero e con l'ausilio di piccolo attrezzi per il miglioramento della coordinazione, equilibri, mobilità articolare, forza, resistenza e velocità

Pallacanestro:

- Fondamentali e regole del gioco

Pallavolo:

- Tecnica, tattica e regolamento della pallavolo
- Arbitraggio di una partita

Tennis Tavolo:

- Fondamentali e regole del gioco

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
- Attività 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

Le specialità dell'atletica leggera

Il rispetto delle regole attraverso i giochi sportivi il fairplay

TESTO UTILIZZATO

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

Prof. Di Prizio Antonio

