



Distretto Scolastico n. 2

# ISTITUTO di ISTRUZIONE SUPERIORE “Ettore Majorana”

Via Aldo Moro 1, 67051 Avezzano (AQ) - Tel. 086322570 – Fax 086321210

## PROGRAMMA SVOLTO

Anno scolastico 2022/2023

Materia di insegnamento

**Scienze motorie e sportive**

Classe 2 Sez. P

CONTENUTI
Capacità coordinative
Teoria e metodologia dell'allenamento
Anatomia e fisiologia del corpo umano: apparato locomotore, apparato respiratorio, apparato cardiocircolatorio
Concetto di salute, principi di nutrizione
Sport e sicurezza
Test motori
Esercizi a carico naturale
Gioco del tennis: teoria e pratica
Fondamentali Basket
Fondamentali pallavolo
Fondamentali calcio a 5

- UDA 1 DIAMOCI DELLE REGOLE ,SALVAGUARDIA AMBIENTALE (trimestre).
- UDA 2. PASSO SELLA RONDA (trimestre )
- UDA. 3 VERDE , BIANCO E BLU : I COLORI DELLA NATURA ( pentamestre)

DATA

10/06/2023