



**Istituto di Istruzione Superiore
Alberti - Dante
Firenze**

PROGRAMMA SVOLTO

A.S 2022/2023

DISCIPLINA: Scienze motorie

DOCENTE: Campori Mariangela

INDIRIZZO: Liceo Artistico CLASSE 1 SEZ: F

Impegno didattico

- Ore settimanali: 2
- Ore didattiche effettivamente svolte 58

Unità didattiche svolte:

[Inserire le unità didattiche corrispondenti nell'ordine di svolgimento]





Istituto di Istruzione Superiore
Alberti - Dante
Firenze

- Il corpo e i suoi linguaggi:

Unita' didattica: A3 L'apparato scheletrico (Tipi di ossa, la struttura delle ossa, nome e posizione delle ossa, come e' fatto lo scheletro).

Unita' didattica A5: I muscoli dell'apparato scheletrico (classificazione e posizione nel corpo umano)

Unita' didattica B3: Il corpo nello spazio .

Unita' didattica C2: la postura, Paramorfismi e dismorfismi, atteggiamenti e vizi di postura.

Unita' didattica B2: Il fair play, il valore formativo dello sport, gli aspetti negativi dello sport.

Unita' didattica C1: la buona alimentazione, disturbi alimentari (Piramidi alimentari)

Unita' didattica C2 : le dipendenze (il fumo, l'alcol e gli stupefacenti)

Unita' didattica D1: Le fasi della seduta di allenamento (riscaldamento, lezione centrale e defaticamento), lo yoga "il saluto al sole".

Unita' didattica E2: La pallavolo (caratteristiche e scopo del gioco, le regole principali) pratica e teoria - La pallacanestro (cenni).

Unita' didattica E3: il badminton e la palla avvelenata.
(pratica).



FONDI
STRUTTURALI
EUROPEI

pon
2014-2020





**Istituto di Istruzione Superiore
Alberti - Dante
Firenze**

Il seguente programma è stato visionato ed accettato dagli studenti.

Firenze, _1 Giugno 2023

Docente

Mariangela Campori





**Istituto di Istruzione Superiore
Alberti - Dante
Firenze**



FONDI
STRUTTURALI
EUROPEI

pon
2014-2020



Istituto di Istruzione Superiore Alberti - Dante - Via San Gallo, 68 - 50129 Firenze (FI) - Tel.055/484927 - 055/485180 - Cod.mecc. FIIS03200C
Cod. fiscale: 94276800482 - C.U.UFMV5P; e-mail: fiis03200c@istruzione.it; pec: fiis03200c@pec.istruzione.it; sito web: <http://www.iisalberti-dante.it>
Sede Principale: Liceo Artistico e Liceo Artistico Serale - Via San Gallo, 68 - Tel.055/484927 - 055/485180
Sede Associata: Liceo Artistico - Via Magliabechi, 9 - Tel.055/2480088
Sede Associata: Liceo Classico e Liceo Musicale - Via Puccinotti, 55 - Tel.055/490268