



Ministero dell'Istruzione e del Merito

REGIONE SICILIANA

ISTITUTO TECNICO AERONAUTICO

STATALE

"ARTURO FERRARIN"

CATANIA

Programma didattico annuale di Scienze motorie e sportive

classe 2^AB a.s. 2025/2026

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-podolica - Organizzazione spazio-temporale - Destrezza fine - Combinazione e Fantasia motoria - Capacità di attenzione e di concentrazione).
- Badminton, Calcio a cinque, Offball, Pallacanestro, Pallavolo: regolamento tecnico.

Lezioni teoriche

- Cosa c'è dentro a una Sigaretta (anche rollata); perché non riesci a smettere di fumare?
- L'importanza di dormire bene (che succede al tuo corpo se dormi poco).
- La dipendenza dai videogiochi, come riconoscerla, come funziona e come uscirne.
- Perché il gioco d'azzardo crea dipendenza?
- Come funziona la Marijuana?
- La Cocaina, effetti sul sistema nervoso.

Il Docente

Prof. Giosuè Fiorenza

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

via Galermo, 172 – 95123 Catania
via Santa Sofia, 87 – Catania
tel. 095 6136430

www.itaerferrarin.edu.it
e-mail cttb01000a@istruzione.it
PEC cttb01000a@pec.istruzione.it

Cod. Univ. d'ufficio: istsc_cttb01000a
Cod. Fisc. 80013880879
Cod. Mecc. Cttb01000a