



Ministero dell'Istruzione e del Merito

REGIONE SICILIANA
**ISTITUTO TECNICO AERONAUTICO
STATALE**
"ARTURO FERRARIN"
CATANIA

Programma didattico annuale di Scienze motorie e sportive
classe 1^E 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, Pallacanestro, Pallavolo: regolamento tecnico.

Lezioni teoriche:

Ed. Civica:

- tutto quello che devi sapere sull'alcol: effetti che ha sul corpo umano e possibili danni;
- la dipendenza dai videogiochi come riconoscerla, come funziona e come uscirne;
- cosa c'è dentro a una sigaretta (anche rollata); perché non riesci a smettere di fumare; sigarette elettroniche e altri prodotti del tabacco quanto fanno male;
- i valori dello sport, un mito italiano ed un campione internazionale: Pietro Mennea la freccia del sud, visione del film in due puntate su RaiPlay e documentario a cura di Rai Storia: Ma chi sei Mennea?
- Fumo cosa succede al tuo corpo quando smetti.
- Disturbi Specifici dell'Apprendimento (DSA) dislessia, disgrafia, disortografia e discalculia.



Il Docente

Prof. Giosuè Fiorenza

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