



Ministero dell'Istruzione e del Merito

REGIONE SICILIANA

ISTITUTO TECNICO AERONAUTICO STATALE

"ARTURO FERRARIN"

Codice fiscale 80013880879

VIA GALERMO N. 172 – 95123 CATANIA

Programma didattico annuale di Scienze motorie e sportive

classe 4^E a.s. 2022/2023

Prof. Giosuè Fiorenza

Lezioni pratiche

- Potenziamento della funzionalità cardiocircolatoria e respiratoria: Capacità Condizionali
- 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-podalica - Organizzazione spazio-temporale - Destrezza fine - Combinazione e Fantasia motoria - Capacità di attenzione e di concentrazione).

Lezioni teoriche

- Il primo soccorso nel minore e nell'infante; tecnica di intervento e esecuzione del BLS-D.
- Articolazione del ginocchio: morfologia, rotula, cartilagine, capsula articolare, menischi, legamenti crociati, legamenti collaterali. Frequenti traumi da sport legati all'articolazione del ginocchio, la triade infelice. Esami clinici per diagnosticare il tipo di trauma sull'articolazione del ginocchio: visita specialistica, radiografia, ecografia, risonanza magnetica. Eventuali interventi per normalizzare l'articolazione: artroscopia, intervento chirurgico di ricostruzione dei legamenti. Fisioterapia di riabilitazione per ripristinare il normale funzionamento dell'articolazione e il ritorno alle attività desiderate dal paziente.
- Ed. Civica: Raccontare la crisi climatica – L'adattamento: strategie attuabili per contrastare il surriscaldamento globale.
- Ed. Civica: BLS-D (Basic Life Support and Defibrillation), elementi di primo soccorso ed uso del Defibrillatore.

- Badminton, Calcio a cinque, Pallamano, Palla tamburello, Pallavolo, Tennis tavolo: regolamento tecnico.

Gli studenti

Il Docente

Prof. Giosuè Fiorenza
