



Ministero dell'Istruzione
REGIONE SICILIANA
ISTITUTO TECNICO AERONAUTICO STATALE
"ARTURO FERRARIN"
CATANIA

Programma didattico annuale
Scienze motorie e sportive Prof. Giosuè Fiorenza
classe 5^AB a.s. 2020/2021

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).

Lezioni teoriche

- Malattia da nuovo Coronavirus SARS CoV2, comportamenti prudenziali e preventivi da attuare durante la giornata. Problematiche dopo potenziale infezione.
- Indicazioni operative per la gestione di casi e focolai di SARS-CoV-2 nelle scuole e nei servizi educativi dell'infanzia.
- Visione video dalla RAI Tg Leonardo sul virus SARS CoV-2, numeri della pandemia e sviluppo vaccini.
- Le componenti passive dell'apparato locomotore: l'apparato scheletrico: stabile impalcatura; l'apparato articolare: cerniere di collegamento; il tessuto osseo, la crescita e lo sviluppo dell'apparato scheletrico, la donazione di midollo osseo.
- Educazione alla salute. Salute e benessere: la buona alimentazione; mangiare sano; il peso corporeo e la salute: inversamente proporzionali; l'alimentazione dello sportivo; i disturbi alimentari.
- Educazione alla salute. Salute e benessere: prevenire e meglio che curare: la salute un concetto dinamico; l'attività fisica: una risorsa per la salute.
- Record olimpici e del mondo di velocità su pista.
- Campagna vaccinale contro il virus SARS CoV-2; varianti del Virus; importanza della vaccinazione per sconfiggere la pandemia. Modalità di vaccinazione; dubbi su eventuali effetti collaterali.
- Campagna vaccinale contro il virus SARS CoV-2; aggiornamenti sulla situazione epidemiologica in Italia e nel mondo.
- Presa diretta (programma televisivo della RAI Tv): Le strade dell'odio. Utilizzo dei social media per attuare cyberbullismo e seminare falsità ed odio.
- Fukushima: l'incubo nucleare. Un anno fa il reattore della centrale termoelettrica di Fukushima in Giappone entra in avaria a causa di uno tsunami che travolse la costa nord-est del Giappone.
- Argomenti relativi alla salute che riguardano i viaggi in aereo: aspetti medici dei viaggi in aereo; malattia da alte quote; paura di volare.

Gli studenti

Il Docente

Prof. Giosuè Fiorenza
