



Istituto Statale Istruzione Superiore
C. Facchinetti di Castellanza



Istruzione Tecnica - MECCANICA E MECCATRONICA - ENERGIA - INFORMATICA E TELECOMUNICAZIONI - SISTEMA MODA
CHIMICA DEI MATERIALI - BIOTECNOLOGIE AMBIENTALI - COSTRUZIONI, AMBIENTE E TERRITORIO - AUTOMAZIONE
Istruzione Professionale - MANUTENZIONE E ASSISTENZA TECNICA
Istruzione e Formazione Professionale (IeFP) - OPERATORE ALLA RIPARAZIONE DI VEICOLI A MOTORE

PROGRAMMA SVOLTO e INDICAZIONI PER IL RECUPERO

Docente **Colombo Franca**

A.S. **2023/2024**

DISCIPLINA **SCIENZE MOTORIE**

Classe **2°EM**

MODIFICHE ALLA PROGRAMMAZIONI INIZIALE

(riportare dalla relazione finale disciplina)

1) UNITÀ' DI APPRENDIMENTO PROGRAMMATE A INIZIO ANNO MA NON AFFRONTATE, CON LE RELATIVE MOTIVAZIONI	MOTIVAZIONI
Le UDA sono state tutte affrontate	/

2) MODIFICHE ALLE UNITÀ' DI APPRENDIMENTO AFFRONTATE E RELATIVE MOTIVAZIONI	MOTIVAZIONI
Le UDA affrontate non hanno subito modifiche	/

CONOSCENZE / CONTENUTI SVILUPPATI

(indicare gli argomenti trattati, suddivisi per periodo. Questa parte del modulo è utilizzabile per gli studenti con insufficienza nella disciplina ed è duplicabile per gli studenti sufficienti, qualora si intenda assegnare anche a questi ultimi attività estive specifiche)

PRIMO PERIODO

Argomento / UdA	Pagine del libro /appunti per la teoria	esercizi
APPARATO LOCOMOTORE: Le articolazioni del corpo umano e i loro traumi, tendini e legamenti	DISPENSE: Teoria 2 - da pag. 4 a 11	/
Schede libro SISTEMA SCHELETRICO e APPRENDIMENTO MOTORIO	SCHEDE caricate su classroom	/
L'ALCOOLISMO: effetti voluti ed effetti collaterali dell'abuso di alcool	Ricerca del ragazzo	/

SECONDO PERIODO

Argomento / UdA	Pagine del libro/appunti	esercizi
APPARATO LOCOMOTORE: I muscoli del corpo umano, differenza tra muscoli agonisti ed antagonisti, i traumi muscolari	DISPENSE: Teoria 2 - da pag. 15 a 26	/
Leggere il libro Il sistema scheletrico e muscolare	SCHEDE caricate su classroom	/
ENERGETICA MUSCOLARE	DISPENSE: Teoria 2 - da pag. 27 a 34	/
Le specialità dell'ATLETICA LEGGERA	DISPENSE: Teoria - da pag. 35 a 36	/
Studiare le schede sugli esercizi di potenziamento e stretching dei muscoli addominali, pettorali, dorsali, degli arti inferiori ed allenarsi sulla loro esecuzione	SCHEDE caricate su classroom	/

Castellanza, 10/06/2024

Firma del/i docente/i

Franca Colombo