



Istituto di Istruzione Secondaria Superiore
MARSANO
Professionale e Tecnico Agrario Statale
Via alla Scuola di Agricoltura, 9 – 16167 GENOVA
tel. 010 372 61 93 - fax 010 372 43 29



PROGRAMMA SVOLTO

PROF. CAMPANELLA GIANNA

CLASSE 3° E A.S. 2023/2024

MATERIA: Scienze Motorie

- -Esercizi di potenziamento fisiologico generale e specifico delle capacità motorie a corpo libero, con i piccoli e i grandi attrezzi
- -Esercizi di destrezza, di coordinazione e di equilibrio
- Esercizi di avvio alla specializzazione delle discipline atletiche
- -Esercizi di perfezionamento delle tecniche dei fondamentali dei giochi sportivi. Pallavolo. Pallamano e Calcio.
- -Esercitazioni e realizzazioni di sequenze motorie con l'utilizzo del ritmo, lavori in circuito.
- Attività outdoor: trekking, canoa, beach volley.

- Regolamento, ruolo dei giocatori e le tecniche specifiche applicate sul campo degli sport di squadra programmati
- Nozioni di anatomia e fisiologia: Apparato Scheletrico, Articolare e i principali Paramorfismi
- -Sistema Muscolare
- Nozioni di Pronto soccorso.

4 giugnon2024

Prof.ssa Campanella Gianna