

ISTITUTO TECNICO INDUSTRIALE STATALE "OTHOCA" ORISTANO A.S. 2024/2025

CLASSE: 4E

PROGRAMMA DI: Scienze Motorie e Sportive

DOCENTE: Matteo Antonio Siotto

Movimento Umano

- Schema corporeo; schemi motori di base; capacità e abilità motorie; terminologia delle posture e dei movimenti
- Test sulle capacità motorie coordinative e condizionali

Gioco-Sport

- Avviamento alla pesistica: "Caratteristiche e utilizzo dei macchinari isotonic; tecnica dei movimenti con i macchinari isotonic"
- Sport: "Caratteristiche generali degli sport di squadra e individuali (Pallavolo – Badminton – Acrosport)".
- Parità di genere in ambito sportivo: "Lavoro di gruppo di ricerca e studio autonomo sulla parità di genere in ambito sportivo: Definizione di parità di genere; descrizione del tema in generale; descrizione di persone e/o eventi che hanno contribuito alla parità di genere in ambito sportivo".

Salute

- Attività fisica per la salute: "Cenni sulle raccomandazioni dell'OMS sull'attività fisica per la salute".

Oristano, 12/06/2025

Prof. Matteo Antonio Siotto