



ISTITUTO TECNICO INDUSTRIALE STATALE " GALILEO GALILEI "

52100 AREZZO Via Dino Menci, 1 – C.F.: 80002160515 – C.M.: ARTF02000T

Tel. 05753131 – Fax 0575313206

Posta elettronica: artf02000t@istruzione.it; artf02000t@pec.istruzione.it

Sito Internet: <http://www.itisarezzo.edu.it>



## PROGRAMMA D' INSEGNAMENTO



### SVOLTO

**Dal Prof. Tanganelli Alessandro**

**Insegnante di Scienze Motorie**

**Nella classe 5<sup>^</sup>ABA**

**Per l'Anno Scolastico 2023-2024**





## PROGRAMMA SVOLTO

- terminologia specifica della disciplina;
- l'alimentazione, il benessere fisico e la sedentarietà;
- Progetto Arezzo-Cuore (Conseguimento patentino esecutore BLS-D)
- Il sistema tonico posturale: la schiena, paramorfismi e dismorfismi
- Doping e dipendenze
- Il Fairplay: i principi fondamentali (Ed Civica)
- Esercitazioni pratiche in palestra (Fitness, posture, test atletici etc.)
- Gioco-sport: pallavolo, calcio, tennis, badminton, hitball etc.

***Arezzo 04/06/2024***

***Gli studenti***

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**L'Insegnante**

***Prof. Tanganelli Alessandro***