

PROGRAMMA DI CHIMICA SVOLTO NELLE SECONDE

LE PARTICELLE DELL'ATOMO

- la natura elettrica della materia
- le particelle fondamentali
 - protone
 - neutrone
 - elettrone
- i modelli atomici
 - Dalton
 - Thomson
 - Rutherford
 - numero atomico
 - numero di massa
 - isotopi
 - Bohr
 - numero quantico principale
 - Sommerfeld
 - numeri quantici l, m
 - Pauli, Hund
 - numero di spin
- la configurazione elettronica degli elementi
- conseguenze della struttura a strati

LA TAVOLA PERIODICA

- L'intuizione di Mendeleev
- la tavola periodica moderna
- le proprietà periodiche degli elementi
 - carica nucleare effettiva
 - energia di prima ionizzazione
 - affinità elettronica
 - elettronegatività
 - metalli, semimetalli, non metalli
- i nomi dei gruppi della tavola periodica

LEGAMI CHIMICI

- i gas nobili e la regola dell'ottetto
- il legame covalente
 - puro
 - polare
 - la differenza di elettronegatività nel legame
- il legame ionico
- le strutture di Lewis
 - cariche formali
 - cariche fittizie
 - numero di ossidazione

I NOMI DEI COMPOSTI

- la nomenclatura IUPAC
- la nomenclatura tradizionale
 - acidi
 - anidridi

sali binari, ternari e quaternari
ossidi
idrossidi
idruri

LA FORMA DELLE MOLECOLE E LE FORZE INTERMOLECOLARI

la teoria VSEPR
la geometria molecolare
i gruppi

AL4
AL3
AL3E
AL2
AL2E2
AL
ALE3

molecole polari e non polari
forze intermolecolari

LA MATERIA E LE SUE TRASFORMAZIONI

gli stati fisici della materia
i passaggi di stato
teoria cinetico-molecolare della materia

LE TRASFORMAZIONI CHIMICHE

le leggi ponderali della chimica
Il bilanciamento delle reazioni chimiche
la mole: quantità di materia
Il calcolo stechiometrico
reagente limitante

| | |
|---|---|
|  | <p>Istituto Professionale di Stato per i Servizi Commerciali, Socio-Sanitari, per l'Enogastronomia e l'Ospitalità alberghiera "GRAZIELLA FUMAGALLI" Via Misericordia, n°4 23880 CASATENOVO (LC) Tel. 0399205385 Fax 0399206085 C.F. 94024420138 E-mail: graziella.fumagalli@libero.it</p> |
|---|---|

**PROGRAMMA SVOLTO DI DIRITTO ED ECONOMIA - A.S. 2018/2019
CLASSE SECONDA SEZ. F SERVIZI SOCIO-SANITARI**

DIRITTO

MODULO 1 - "La Costituzione e i cittadini"

-Dallo Statuto albertino alla Costituzione della Repubblica italiana ; la forma dello Statuto, la parte organizzativa dello Statuto, l'Assemblea costituente, La Costituzione repubblicana (caratteri e struttura)

-La democrazia : la regola della maggioranza (maggioranza semplice, assoluta e qualificata, le forme di democrazia (democrazia rappresentativa, diretta e partecipativa)

-I principi costituzionali (analisi dei primi 12 articoli della Costituzione della Repubblica italiana) : il principio democratico(art. 1); il principio personalista (art. 2), il principio solidarista (art.2);il principio di uguaglianza formale e sostanziale (art.3); il principio lavorista (art. 4); il principio autonomista e del decentramento (art. 5); il principio della tutela delle minoranze linguistiche (art. 6); il principio dell'indipendenza e della sovranità dello Stato e della Chiesa cattolica (art. 7); il principio della libertà religiosa (art. 8); il principio della tutela della cultura, della ricerca e del paesaggio (art. 9); il principio internazionalista (art. 10); il principio del ripudio della guerra (art. 11); la bandiera italiana (art. 12)

-Il diritto-dovere di voto (art. 48 Cost.)

MODULO 2 - "L'ordinamento della Repubblica"

-Il Parlamento: la struttura, la funzione, il procedimento ordinario di approvazione delle leggi, il procedimento aggravato (art. 138 Cost.), l'elezione e i sistemi elettorali, il voto dei parlamentari, lo status di parlamentare, il Parlamento in seduta comune

-Il Governo: la struttura e la funzione, gli organi del governo e i loro compiti , il procedimento di formazione degli atti aventi forza di legge (il decreto legislativo e il decreto legge), la formazione del Governo, la crisi di Governo

-Il Presidente della Repubblica: il ruolo, l'elezione e la durata della carica, gli atti previdenziali, la responsabilità

-La Magistratura : la funzione giurisdizionale, il processo, i diritti nel processo, l'imparzialità e l'indipendenza della magistratura, le norme costituzionali a tutela dell'indipendenza dei magistrati, il Consiglio superiore della Magistratura (CSM)

-La Corte costituzionale : La funzione, la struttura, il giudizio sulla legittimità costituzionale delle leggi (l'accesso in via diretta e in via incidentale), le sentenze di rigetto e le sentenze di accoglimento, il giudizio sui conflitti di attribuzione, il giudizio sui reati presidenziali, il giudizio sull'ammissibilità dei referendum abrogativi

-Le Regioni e gli Enti locali: l'autonomia delle Regioni e degli enti locali, le Regioni (Regioni a statuto ordinario e Regioni a statuto speciale), le competenze delle Regioni, le Province, le Città metropolitane, i Comuni

ECONOMIA

MODULO 1 ECONOMIA: "La microeconomia"

- Il consumatore: le scelte del consumatore (l'utilità, i fattori che condizionano il comportamento del consumatore), la domanda (relazione tra domanda e prezzo, la curva di domanda, l'elasticità della domanda, la relazione tra la domanda e il reddito)
- L'impresa: la produzione, i costi di produzione, i ricavi, il profitto, l'offerta (la relazione tra l'offerta e il prezzo)
- Il mercato; gli elementi, l'equilibrio di mercato

Casatenovo, 8 giugno 2019

La Docente
Prof.ssa Maria Luigia Bassani

SI ALLEGA IL PROGRAMMA DISCIPLINARE EFFETTIVAMENTE SVOLTO

| Macro-programma svolto | Competenze | Abilità | Conoscenze |
|---|--|---|---|
| <p>Formazione professionale: - Norme OSS - Musicoterapia - Musica e danza - Musica e immagine - Canto</p> <p>Comunicazione musicale: - Inquinamento acustico - I linguaggi musicali - Qualità del suono - Multimedialità musicale</p> <p>Acustica: - Suono e sue caratteristiche - Grafici di rappresentazione - Unità di misura - Strumenti di misurazione - Tecniche professionali</p> <p>Storia ed estetica musicale: - Dal medioevo ad'oggi - Etnomusicologia - Musica nel mondo</p> | <p>Utilizzare metodologie e strumenti operativi per collaborare a rilevare i bisogni socio-sanitari del territorio e concorrere a predisporre ed attuare progetti individuali, di gruppo e di comunità; collaborare nella gestione di progetti e attività dell'impresa sociale ed utilizzare strumenti idonei per promuovere reti territoriali formali ed informali; utilizzare le principali tecniche di animazione sociale, ludica e culturale; facilitare la comunicazione tra persone e gruppi, anche di culture e contesti diversi, attraverso linguaggi e sistemi di relazione adeguati.</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare la musica come strumento di benessere sociale e psicofisico anche associando altri elementi. - Utilizzare i colori (cromoterapia) per svolgere attività associate alla musica. - Distinguere gli elementi del processo comunicativo e utilizzarli in ambito musicale. - Gestire la dimensione "suono, rumore e silenzio" a seconda del contesto socio-sanitario. - Saper selezionare e utilizzare la fonte sonora adatta per accompagnare immagini e azioni. - Gestire in ambito informatico una traccia audio. - Conoscere la cultura di un popolo attraverso la propria musica e storia. | <p>Tecniche di intervento musicale associato anche ad altre attività in ambito socio-sanitario. I linguaggi della comunicazione sociale e musicale. Principali tecniche di musico-terapia. Conoscenza sintattica del linguaggio musicale. Fisica del suono (acustica). Tecnica di ascolto. La musica digitale. Storia della musica ed etnica.</p> |



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca
Ufficio Scolastico Regionale per la Lombardia
Istituto Professionale di Stato per i Servizi
commerciali, socio-sanitari, per l'enogastronomia e l'ospitalità alberghiera
"Graziella Fumagalli"
Via della Misericordia, 4 – 23880 CASATENNOVO (LC)
Tel. 039 9205385 – Fax 039 9206085 – C.F. 94024420138
E-mail lcrc02000l@istruzione.it - PEC lcrc02000l@pec.istruzione.it

CONTENUTI TRATTATI

SI ALLEGA IL PROGRAMMA DISCIPLINARE EFFETTIVAMENTE SVOLTO

Dal testo: **C'est chez nous - Compact - ed. Sansoni-Hachette**

Dialogues : Unités 3 – 4 - 5

Intentions de communication :

Demander/dire l'heure
Situer dans le temps
Parler de son temps libre
Exprimer ses goûts et ses préférences
Demander/dire son adresse, parler de son logement
Localiser dans l'espace
Demander/indiquer un chemin
Donner des instructions
Faire des courses, des achats
Parler de la quantité
Parler de la santé
Faire des recommandations, donner des conseils

Lexique :

Les activités quotidiennes, les loisirs
Les logements
Les nombres ordinaux
Les meubles et objets de la maison
La localisation
Le code de la rue
Les magasins et les aliments
Les quantités
Le corps humain et les problèmes de santé

Grammaire :

Les articles définis, indéfinis et partitifs
Les articles contractés et préposition avec les noms géographiques
Il y a ; oui/si, non
Adjectifs démonstratifs
Pronoms personnels COD, EN, prépositionnels, réfléchis
Adverbes de quantité
Les expressions de la fréquence
Le présent, l'impératif, le futur proche
Verbes : aller, faire, venir, finir /partir, boire, devoir, il faut
Les verbes pronominaux

CONTENUTI TRATTATI

SI ALLEGA IL PROGRAMMA DISCIPLINARE EFFETTIVAMENTE SVOLTO 2^F GIUGNO 2019

DOCENTE: G. BRAMBILLA

CONTENUTI

TESTO 1 – Bartram, Walton, Sharman, VENTURE B1, Oxford

TESTO 2 – Bonomi, Kaye, Liverani, OPEN SPACE, Europass

TESTO 1

| UNIT | VOCABULARY/Readings | FUNCTIONS | GRAMMAR |
|------|---|--|--|
| 1 | School Life Voc :Education: School School subjects Reading: A different kind of school Clothing disasters Voc: Clothes | Talking about Schools and Education Pros and Cons of Boarding Schools Talking about abilities Describing people's look. | Present tenses and Past simple Past continuous / Past simple When , while, as... |
| 2 | Animal Facts Voc: Animals Reading: Alien invaders Wild weather | Talking about animals Making comparisons Talking about the scariest day in your life Talking about the weather | Comparative and superlative adjectives |
| 3 | Future intentions Voc: life events, intentions and ambitions Reading: The Paralympics Be careful Voc: illnesses, injuries and accidents | Talking about life events, intentions, ambitions | Be going to After, before, when, while, as soon as.. Doppio futuro |
| 4 | Arrangements On holiday Reading: Welcome to New Zealand | Talking about arrangements Talking about holidays | Future forms: Present continuous / Present simple to express the future Will/ Shall : decisions, offers, requests and promises |
| 5 | Jobs in the house Voc: Jobs in the house Reading: Lazy teens | Talking about teen agers Talking about what you have to/ don't have to do Talking about what you must / mustn't do | Have to/ Don't have to Must / mustn't |
| 6 | Experiences Reading: amazing explorers | Talking about life experiences | Present perfect ever / never, yet, not yet, just, already, still... Been or Gone ? Irregular past participle Present Perfect or Past Simple? |

TESTO 2 – tutti gli argomenti di grammatica trattati nel testo1. In particolare, l'uso dei tempi verbali, i comparativi e superlativi, must / have to, tutti i tempi futuri

SI ALLEGA IL PROGRAMMA DISCIPLINARE EFFETTIVAMENTE SVOLTO: Lettere

Stili di apprendimento: Visivo-verbale, visivo-non verbale, uditivo, cinestetico
Globale, analitico
Individuale e di gruppo

Letteratura: libro di testo : *Lecture in un respiro B*:

Unità 2 Il linguaggio della poesia: da pag. 12 il verso, il conteggio delle sillabe e la metrica, le figure metriche ed i versi italiani, gli accenti ed il ritmo, le rime, le strofe fino a pag. 25.

Unità 3 L'aspetto fonico: da pag 28, significante e significato, le figure di suono fino a pag 29, poi da pag. 31, le canzoni e gli esercizi, *La pioggia nel pineto, Il tuono*, fino a pag 39.

Unità 4 L'aspetto lessicale e sintattico: denotazione e connotazione, i campi semantici, il registro stilistico, la sintassi ed esercizi fino a pag 44.

Unità 5 L'aspetto retorico: le figure retoriche di posizione: anastrofe, anafora, iterazione, parallelismo ,chiasmo, accumulazione.

Le figure retoriche di significato: similitudine, metafora e analogia, perifrasi, antitesi, ossimoro, iperbole, antonomasia, personificazione, ironia, figura etimologica.

Le altre figure retoriche: apostrofe, reticenza, litote ed esercizi pag. 61.

Unità 6 Parafrasi ed analisi del testo: pag. 70 schema analisi del testo.

Testi analizzati:

- Testi di canzoni contemporanee scelte dagli studenti
- Giacomo Leopardi: *Alla luna, L'infinito, A sé stesso, Canto notturno di un pastore errante dell'Asia, A Silvia*.
- Dante Alighieri: *Tanto gentile e tanto onesta pare*
- Francesco Petrarca: *Movesi vecchierel canuto e bianco, La vita fugge e non s'arresta un'ora*
- Ugo Foscolo: *A Zacinto*
- Eugenio Montale: *Merigiare pallido e assorto*
- Alessandro Manzoni *I Promessi Sposi (trama, personaggi e luoghi)*

Autori analizzati: la vita di Dante Alighieri, Francesco Petrarca, Eugenio Montale , Ugo Foscolo, la vita e la poetica Giacomo Leopardi, e Alessandro Manzoni.

Grammatica: Datemi le parole A

Analisi logica (soggetto, predicato verbale e nominale e tutti i complementi (schema pag. 415), frase minima e frase semplice, frase complessa ed analisi del periodo (proposizioni principali, coordinate e subordinate), paratassi e ipotassi, tipi di coordinate (schema pag 464 del libro di testo Datemi le parole A), tipi di subordinate (complete, relative e circostanziali, schema pag. 502 e 503). Preparazione alle INVALSI.

Scrittura testi: testo narrativo, riassunto e relazione, testo argomentativo (Datemi le parole B, pag 76-82, pag 123-125, 96-101) e scrittura di un testo poetico.

Comprensione testi e film:

Italo Calvino: *Il bosco in autostrada*

Isaac Azimov: *L'ultima domanda*

Film: *Storia di una ladra di libri* (con self study pack relativo alla storia del nazismo e dell'Olocausto)

Argomenti di attualità trattati: *Il gioco d'azzardo, Malala e l'istruzione femminile, il razzismo (ascesa di Hitler, leggi di Norimberga, Leggi razziali, genocidi nel mondo), il fumo, il team work.*

Strategie di memorizzazione: schemi, mappe concettuali, acronimi (SIIGLA: i sette peccati capitali) e acrostici (Ma con grande pena le reca giù).

Data, 10 giugno, 2019

IL DOCENTE
Prof. Stefania Santarelli

Istituto Professionale di Stato

"Graziella Fumagalli"

PROGRAMMA SVOLTO A.S. 2018/2019

| | |
|--|--|
| Docente | VERGANI BENEDETTA |
| Materia | MATEMATICA |
| Classe | 2F |
| Competenze | Abilità |
| Utilizzare le tecniche e le procedure del calcolo aritmetico e algebrico | <p>EQUAZIONI FRATTE (ripasso)</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Applica i principi di equivalenza delle equazioni e le loro conseguenze▪ Risolve equazioni intere di primo grado▪ Risolve disequazioni fratte di primo grado |
| Confrontare e analizzare figure geometriche + Utilizzare le tecniche e le procedure del calcolo aritmetico e algebrico | <p>SISTEMI DI PRIMO GRADO</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Risolve sistemi lineari in due incognite e li interpreta graficamente▪ Risolve sistemi lineari in tre incognite▪ Individua i dati utili e gli eventuali dati inutili e/o mancanti di un problema▪ Traduce il problema dal linguaggio comune al linguaggio algebrico▪ Risolve il problema dopo aver individuato l'algoritmo risolutivo (anche di geometria piana) <p>RETTE NEL PIANO CARTESIANO</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Collocare punti nel piano. Calcolare la distanza fra punti e il punto medio di un segmento▪ Disegnare rette nel piano▪ Riconoscere e rappresentare rette perpendicolari e parallele▪ Determinare l'equazione di una retta▪ Applicare le principali formule relative alla retta e alle figure geometriche sul piano cartesiano |

| | |
|---|---|
| <p>Utilizzare le tecniche e le procedure del calcolo aritmetico e algebrico</p> | <p>DISEQUAZIONI DI PRIMO GRADO</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Applica i principi di equivalenza delle disequazioni e le loro conseguenze ▪ Risolve disequazioni intere di primo grado ▪ Risolve disequazioni fratte di primo grado ▪ Risolve sistemi lineari di disequazioni ▪ Passa dal linguaggio algebrico a quello grafico per esprimere il risultato di una disequazione |
| <p>Utilizzare le tecniche e le procedure del calcolo aritmetico e algebrico</p> | <p>RADICALI E EQUAZIONI DI SECONDO GRADO</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Esegue operazioni con i radicali aritmetici ▪ Risolve equazioni intere e fratte di secondo grado |
| <p>Analizzare dati e interpretarli anche con l'ausilio di rappresentazioni grafiche</p> | <p>PROBABILITA'</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Calcola la probabilità di eventi elementari. Probabilità totale, eventi compatibili e incompatibili. Probabilità composta, eventi dipendenti e indipendenti. Probabilità e frequenza statistica di eventi |
| <p>Confrontare e analizzare figure geometriche</p> | <p>TEOREMI DI PITAGORA</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Applica il teorema di Pitagora alla risoluzione di semplici problemi |

Casatenovo, _____

Prof.ssa VERGANI BENEDETTA _____

PROGRAMMA METODOLOGIE OPERATIVE

Anno: 2018-2019

Prof: Antonella Spagnolo

Classe 2F

- 1) Ripasso e approfondimento della **Progettazione**
- 2) **La famiglia**: ripasso concetti principali
- 3) I **minori**: asilo nido, il gioco nell' infanzia, il disegno nell' infanzia, i bambini ospedalizzati, lavoro minorile e sfruttamento, servizi rivolti ai minori, adozioni e affido
Il gruppo: dinamiche di gruppo, figure principali, il metodo attivo, gruppo auto aiuto, gruppo auto mutuo aiuto, gruppo famiglia, terapia di gruppo
- 4) **Gli Anziani**: invecchiamento fisiologico, psicologico, malattie
- 5) **Il Terzo Settore**: volontariato, intervista, associazioni, fondazioni, ASP, cooperative
- 6) **Attività di animazione**

Laboratori Espressivi didattici

- 1) **Progettazione** e realizzazione dei Burattini
- 2) **Il teatro dei Burattini**: rappresentazione della fiaba scelta
- 3) **Cuoricino** di San Valentino- lavoriamo la lana
- 4) Progettazione e realizzazione di **giochi tipici** con materiale di recupero
- 5) **Il barattolo della Calma**
- 6) **Coniglietto Pasquale**
- 7) La tecnica della **Marmorizzazione** su uova
- 8) Realizziamo una **ghirlanda natalizia** con materiale di recupero
- 9) Attività di animazione per **anziani**
- 10) **"Emozioni con i colori"** espressione delle emozioni tramite i colori e i vari sottofondi musicali

Compresenza Scienze Umane:

Inventiamo una **Fiaba**

Il gioco, costruzione di giochi in base al paese assegnato e dimostrazione

Visione episodio della " **Melevisione**" con relativa discussione sulle tematiche emerse

Visione del Film " **Parenti Serpenti**" e analisi delle relative dinamiche

Mappatura **servizi per minori**

Visione del film **Patch Adams**

Life Skills

SI ALLEGA IL PROGRAMMA DISCIPLINARE EFFETTIVAMENTE SVOLTO**1. Il volto di Dio**

- La figura della divinità nelle religioni antiche, in particolare greca e romana
- Visione del film "Una settimana da Dio" e analisi scritta
- Confronto tra le "immagini" di Dio che emergono nel film e quelle dell'opinione comune. Lettura e spiegazione della scheda "Da una Settimana da Dio al Dio di Gesù"

2. Il volto del Dio di Gesù Cristo e il Cristianesimo

- I volti di Dio nella Bibbia: lettura di alcuni brani
- Il Gesù storico, la società del tempo, il suo profilo originale: lettura e spiegazione della scheda sulla fede cristiana.
- La Sindone e i volti di Gesù. Visione di filmato sull'ostensione della Sindone

3. La Chiesa e il significato della sua testimonianza

- Storia della Chiesa: le origini e le prime comunità.
- La struttura della Chiesa: ruoli, personaggi e strutture organizzative
- La Chiesa si divide: le confessioni cristiane. Lettura e spiegazione della tabella sintetica a pagina 234, con riferimenti ai passaggi storici delle divisioni
- Il Monachesimo e gli sviluppi dei secoli successivi. Presentazione Power point sul Monachesimo e filmato sulla vita nei monasteri

4. La fede e la vita

- Scelte di fede: alcuni esempi. Il sacerdozio e le forme di vita consacrata. Il caso di suor Anna Nobili (visione di un filmato sulla sua storia)

5. La ricerca della felicità

- La felicità nell'esperienza di un adolescente: lavoro scritto individuale
- La via della felicità: analisi delle risposte dei ragazzi e criteri
- Simona Atzori e "Il circo della farfalla": storie di felicità oltre le apparenze
- Il Sermig di Torino: la felicità del bene. Presentazione della storia e delle attività del Sermig

Data, 17 giugno 2019

IL DOCENTE
Prof. Giovanni Tagliaferri



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca
Ufficio Scolastico Regionale per la Lombardia
Istituto Professionale di Stato per i Servizi
commerciali, socio-sanitari, per l'enogastronomia e l'ospitalità alberghiera
"Graziella Fumagalli"
Via della Misericordia, 4 – 23880 CASATENOVO (LC)
Tel. 039 9205385 – Fax 039 9206085 – C.F. 94024420138
E-mail lcrc02000l@istruzione.it - PEC lcrc02000l@pec.istruzione.it

CONTENUTI TRATTATI

SI ALLEGA IL PROGRAMMA DISCIPLINARE EFFETTIVAMENTE SVOLTO

Riconoscere le caratteristiche che sono proprie ad ogni essere vivente.

I virus

Spiegare in che cosa la materia vivente differisce da quella non vivente.

Descrivere e classificare le quattro classi di biomolecole.

Spiegare la correlazione tra monomero e polimero

Struttura e funzione delle quattro classi di biomolecole

Principali proprietà dell'acqua

Descrivere i principali legami chimici

Descrivere la struttura e le funzioni degli organuli cellulari.

Distinguere tra cellule eucariotiche e procariotiche

Descrivere in maniera dettagliata struttura e funzioni delle cellule animali e vegetali

Descrivere la struttura delle membrane cellulari e spiegare i meccanismi che regolano il trasporto delle sostanze attraverso di esse.

Comprendere il rapporto tra fotosintesi e respirazione cellulare.

Conoscere il processo di fermentazione.

Descrivere i principali eventi del ciclo cellulare.

Descrivere il processo della mitosi e della meiosi.

Spiegare le principali differenze tra mitosi e meiosi

Distinguere tra riproduzione sessuata e asessuata

Conoscere e spiegare i principi e i meccanismi alla base della trasmissione dei caratteri ereditari.

Conoscere come si formano le cellule sessuali.

Spiegare come avviene la fecondazione e la determinazione del sesso.

Conoscere alcune malattie genetiche.

Dare una definizione di cromosoma, gene e locus genico.

Descrivere la struttura del DNA.

Spiegare la relazione tra geni e proteine.

Esperienza di laboratorio (Estrazione del DNA dalla frutta)

Data, 08/06/2019

IL DOCENTE
Prof. Alessandra Daziano

SI ALLEGA IL PROGRAMMA DISCIPLINARE EFFETTIVAMENTE SVOLTO**PROGRAMMA SVOLTO**

| PRIMO QUADRIMESTRE: | SECONDO QUADRIMESTRE: |
|---|--|
| 1. TEST MOTORI <ul style="list-style-type: none">• Forza: arti superiori, addominale e arti inferiori• Resistenza• Velocità• Mobilità articolare | 5. MIGLIORAMENTO DELLA FORZA MUSCOLARE <ul style="list-style-type: none">• Il concetto di forza in educazione fisica• Esercizi per il miglioramento della forza a carico naturale, core stability, addominali isometrici, funicella. |
| 2. MIGLIORAMENTO DELLA RESISTENZA GENERALE E SPECIFICA <ul style="list-style-type: none">• Lavoro aerobico lattacido (lungo e lento)• Lavoro aerobico lattacido (intervallato)• Lavoro anaerobico• Circuit-training | 6. CONOSCENZA E PRATICA DI UNO SPORT ALL'ARIA APERTA: L'ORIENTEERING <ul style="list-style-type: none">• Carta• Regolamento• Gara |
| 3. CONOSCENZA E PRATICA DI UNO SPORT DI SQUADRA: LA PALLAVOLO <ul style="list-style-type: none">• Fondamentali individuali e di squadra• Regolamento• Gioco | 7. CONOSCENZA E PRATICA DI UNO SPORT DI SQUADRA: LA PALLAMANO <ul style="list-style-type: none">• Fondamentali individuali e di squadra• Regolamento• Gioco: attacco e difesa |
| 4. ARGOMENTO TEORICO <ul style="list-style-type: none">• Regolamento degli sport trattati | 8. CONOSCENZA E PRATICA DI UNO SPORT DI SQUADRA: FLOORBALL / ULTIMATE <ul style="list-style-type: none">• Fondamentali individuali e di squadra• Regolamento• Gioco: attacco e difesa |
| | 9. ARGOMENTO TEORICO <ul style="list-style-type: none">• L'orienteeering |

Data, 08-06-2019

IL DOCENTE
Prof.Andrea Beretta