



Ministero dell'Istruzione e del Merito
Ufficio Scolastico Regionale per la Calabria
ISTITUTO OMNICOMPRESIVO "D. BORRELLI"
Via Mattia Preti,1 – 88832 – SANTA SEVERINA (KR)
C.M. KRIC825009 – KRPC010002 – KRTD070000L – Cod. Fiscale 91021720791
Sito web: <http://www.ioborrelli.edu.it> - Cod. Unico di Fatturazione UFJEUS



ANNO SCOLASTICO 2023/2024
PROGRAMMA SVOLTO

DISCIPLINA
SCIENZE MOTORIE

Classe: ___V°A___ Docente: ___PORTADIBASSO MIRKO___

ARGOMENTI SVOLTI
PRIMO QUADRIMESTRE

L'APPARATO LOCOMOTORE
IL SISTEMA SCHLETRICO
LE OSSA
FUNZIONI DELLO SCHELETRO
LA COLONNA VERTEBRALE
LE ARTICOLAZIONI
I PARAMORFISMI
I DISMORFISMI
IL BENDING TEST
SPORT DI SQUADRA: LA PALLAVOLO
SPORT DI SQUADRA IL BADMINTON
SPORT DI SQUADRA: LA PALLAMANO
SPORT DI SQUADRA: IL BASKET
SPORT DI SQUADRA: IL CALCIO
SPORT INDIVIDUALI: IL SALTO IN ALTO
SPORT INDIVIDUALI: IL TIRO CON L'ARCO

ARGOMENTI SVOLTI SECONDO QUADRIMESTRE
L'APPARATO CARDIOCIRCOLATORIO
ANATOMIA DEL CUORE
FISIOLOGIA DEL CUORE
LE VENE
LE ARTERIE
LA FREQUENZA CARDIACA
LE FASI DEL CICLO CARDIACO
LA GRANDE CIRCOLAZIONE
LA PICCOLA CIRCOLAZIONE
LA GITTATA SISTOLICA
LA PRESSIONE ARTERIOSA
LA FORMULA DI KARVONEN
L'ORIENTEERING
SPORT DI SQUADRA: LA PALLAVOLO
SPORT DI SQUADRA IL BADMINTON
SPORT DI SQUADRA: LA PALLAMANO
SPORT DI SQUADRA: IL BASKET
SPORT DI SQUADRA: IL CALCIO
SPORT INDIVIDUALI: IL SALTO IN ALTO
SPORT INDIVIDUALI: IL TIRO CON L'ARCO

ALTRE ATTIVITÀ	ORE	NOME ATTIVITA'
PCTO		
Progetti		
Recupero e/o approfondimento		
Educazione civica		

Santa Severina __06 / __05 / __2024__

FIRMA DEL DOCENTE
Pertadibasso Mirko