



ISTITUTO TECNICO STATALE "MARCHI – FORTI"

Viale Guglielmo Marconi, 16 - 51017 PESCIA (PT) - Tel: 0572-451565 - Fax: 0572-444593
E-mail: pttd01000e@istruzione.it - Sito internet: www.itsmarchiforti.edu.it



Via Caduti di Nassiriya, 87 – 51015 MONSUMMANO TERME (PT) – Tel. e Fax: 0572-950747
E-mail: istituto.forti@itsmarchiforti.gov.it - Sito internet: www.itsmarchiforti.edu.it

PROGRAMMA SVOLTO a.s. 2024/2025

del Prof. Del Ministro Francesca

Docente di Scienze Motorie e Sportive

nella classe 2° sez. A Indirizzo: Economico

n° ore settimanali : 2 Sede: Marchi Pescaia.

1. TESTO IN ADOZIONE_ Testo consigliato
Professione Sport_ (Zocca, Sbragi, Gulisano, Manetti, Marella, Cervellati)
casa editrice G. D'Anna
2. ALTRO RIFERIMENTO BIBLIO/SITO-GRAFICO (appunti – You Tube)

Modulo 1
La percezione di sé. U.d.a. 1
Attività a carico naturale e di resistenza in palestra
Le capacità motorie
Le capacità condizionali_ teoria e pratica
La forza_ le leggi per l'allenamento della forza_ lo sviluppo della forza del core
La resistenza
La velocità
La mobilità articolare
L'allenamento nei bambini e nei ragazzi
Le capacità coordinative generali e speciali_ teoria e pratica

Modulo 2	
_ lo sport_ le regole_ il fair play_ uda 1	
Giochi propedeutici ai giochi sportivi	
Pallavolo	Calcetto
Pallacanestro	Dodgeball
Pallamano	
Badminton	

Modulo 3
Salute e benessere, sicurezza e prevenzione u.d.a.1
<ul style="list-style-type: none"> I rischi della sedentarietà



ISTITUTO TECNICO STATALE "MARCHI – FORTI"

Viale Guglielmo Marconi, 16 - 51017 PESCIA (PT) - Tel: 0572-451565 - Fax: 0572-444593
E-mail: pttd01000e@istruzione.it - Sito internet: www.itsmarchiforti.edu.it



Via Caduti di Nassiriya, 87 – 51015 MONSUMMANO TERME (PT) – Tel. e Fax: 0572-950747
E-mail: istituto.forti@itsmarchiforti.gov.it - Sito internet: www.itsmarchiforti.edu.it

- Il movimento come prevenzione

- Quanta attività fisica è bene fare

Sicurezza e primo soccorso: u.d.a. 1

- La sicurezza nella vita quotidiana

- La sicurezza nello sport

- Il primo soccorso

- Omissione di soccorso, lo stato di necessità (art. 593 art.54 C.P)

- I traumi, le emergenze e le urgenze

- Le emergenze: il pronto intervento in caso di perdita di coscienza

- B.L.S.

- Attacco cardiaco e arresto cardiaco

- Il defibrillatore

- La traumatologia sportiva

- La prevenzione degli infortuni

Modulo 4

Relazione con l'ambiente urbano e tecnologico u.d.a 1

- la camminata sportiva

Modulo 5

Educazione civica

Agenda 2030

Data : 05 giugno 2025

L'insegnante: Del Ministro Francesca

Francesca Del Ministro