**Istituto Tecnico Tecnologico Statale “Ettore Majorana”**
**Via Tre Monti n. 4 – 98057 Milazzo (Me) – Tel. 0909221775- Cod. Mecc. METF020001- EMAIL: METF020001@ISTRUZIONE.IT**
*Indirizzi: Chimica Materiali e Biotecnologie–Elettronica ed Elettrotecnica–Informatica e Telecomunicazioni–Meccanica Meccatronica ed Energia–Trasporti e Logistica*

## Elenco dei capitoli con i relativi argomenti

**Classe:** 2BEE ELETTR. ED ELETTROTEC.- BIENNIO COMUNE I.T.T. "E. MAJORANA" - MILAZZO (IT10)

**Docente:** TRIPOLI GIUSEPPE **Materia:** SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

| Ord. | Argomenti del Programma | Stato Svolgimento | Data Svolg. |
|---|---|---|---|
| **1** | **Accoglienza e conoscenza dei singoli alunni della classe** | | |
| | 1.1 Codici di comportamento in palestra e negli spazi dedicati alle attività motorie ; importanza di vestiario e calzature adeguate . | Svolto | 22/09/2025 |
| | 1.2 Spiegazione dei test per la valutazione delle capacità motorie. | Svolto | 24/09/2025 |
| | 1.3 Test motori d'ingresso | Svolto | 29/09/2025 |
| **2** | **ATTITUDINE FISICHE E PARTECIPAZIONE ALL'ATTIVITA ' PROPOSTA** | | |
| | 2.1 TEST MOTORI D'INGRESSO | Svolto | 08/10/2025 |
| | 2.2 RELAZIONE E PARTECIPAZIONE ALLE ATTIVTA' PROPOSTE | Svolto | 29/10/2025 |
| **3** | **COORDINAZIONE MOTORIA** | | |
| | 3.1 Esercizi di coordinazione motoria | Svolto | 10/11/2025 |
| **4** | **APPARATO MUSCOLO SCHELETRICO** | | |
| | 4.1 LO SCHELETRO | Svolto | 26/01/2026 |
| | 4.2 I MUSCOLI | Svolto | 02/02/2026 |
| | 4.3 RIPASSO ARGOMENTI PRECEDENTI | Svolto | 02/02/2026 |
| **5** | **GLI SPORT DI SQUADRA** | | |
| | 5.1 Gli sport di squadra piu diffusi( pallavolo, basket, calcio) | Svolto | 09/02/2026 |
| **6** | **NOZIONI DI PRIMO SOCCORSO** | | |
| | 6.1 TRAUMI SPORTIVI E PRIMO SOCCORSO | Svolto | 11/02/2026 |
| **7** | **ALIMENTAZIONE DELLO SPORTIVO** | | |
| | 7.1 Alimentazione dello sportivo, prima della gara e dopo. | Svolto | 02/03/2026 |
| **9** | **Sport di squadra** | | |
| | 9.1 Pallavolo | Svolto | 22/04/2026 |
| | 9.2 calcio | Svolto | 06/05/2026 |
| | 9.3 rugby | Svolto | 25/05/2026 |