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: 3AEC ELETTRONICA I.T.T. "E. MAJORANA" - MILAZZO (ITEC)

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

Ord.	Argomenti del Programma	Stato Svolgimento	Data Svolg.
1	**CONOSCENZA DELLA CLASSE , NORME DI COMPORTAMENTO IN PALESTRA, TEST MOTORI D'INGRESSO**		
	1.1 Conoscenza della classe	Svolto	25/09/2025
	1.2 Norme di comportamento e vestiario durante l'attività motoria	Svolto	26/09/2025
	1.3 Test motori d'ingresso	Svolto	09/10/2025
2	**Padronanza del sé e ampliamento delle capacità motorie**		
	2.0 Definizione e classificazione del movimento.	Svolto	16/10/2025
	2.0 L'allenamento, piani di allenamento, struttura e principi.	Svolto	30/10/2025
	2.0 Capacità coordinative Capacità condizionali	Svolto	07/11/2025
	2.0 Capacità di apprendimento e controllo motorio	Svolto	13/11/2025
	2.0 I muscoli e la loro azione. la forza e la contrazione muscolare.	Svolto	13/11/2025
2	**Percezione del sé Valutazione delle capacità motorie**		
	2.0 Valutazione ed analisi delle capacità motorie attraverso appositi test .	Svolto	14/11/2025
4	**Attività di gioco, gioco-sport e sport**		
	4.0 Aspetto educativo e sociale dello sport; principi etici ad esso legati; sport come valorizzazione del singolo nel gruppo	Svolto	20/11/2025
	4.0 Fondamentali delle varie discipline sportive. Aspetti tecnici degli sport proposti	Svolto	28/11/2025
4	**Sviluppo delle capacità espressive : comunicazione non verbale**		
	4.0 Capacità espressivo- comunicative	Svolto	05/12/2025
	4.0 Utilizzare discipline o attività che utilizzano il corpo come espressione (mimo, danza, movimenti in libertà)	Svolto	18/12/2025
5	**Salute, benessere, sicurezza e prevenzione**		
	5.0 Assistenza durante lo svolgimento dei compiti	Svolto	09/01/2026
	5.0 Attività fisica in ambiente naturale	Svolto	22/01/2026
	5.0 I principi fondamentali per il mantenimento di un buono stato di salute (alimentazione, igiene, , sostanze nocive, abuso di alcool e droghe)	Svolto	29/01/2026
	5.0 Nozioni di primo soccorso e trattamento dei traumi più comuni	Svolto	06/02/2026
6	**Apparato muscolo scheletrico**		

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: 3AEC ELETTRONICA I.T.T. "E. MAJORANA" - MILAZZO (ITEC)

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

Ord.	Argomenti del Programma	Stato Svolgimento	Data Svolg.
	6.1 Muscoli	Svolto	26/02/2026
	6.2 ossa	Svolto	12/03/2026
7	**Ripasso argomenti precedenti**		
	7.1 Ripasso argomenti precedenti	Svolto	19/03/2026
8	**Giochi di squadra**		
	8.1 Pallavolo	Svolto	07/05/2026
	8.2 Basket	Svolto	08/05/2026
	8.3 Calcio	Svolto	14/05/2026