



Istituto Tecnico Settore Economico e Turistico  
Istituto Professionale Settore Servizi Commerciali  
Corsi IeFP: qualifica Operatore Amministrativo Segretariale - diploma di Tecnico dei Servizi di Impresa  
Liceo linguistico - Liceo delle Scienze Umane opzione economico sociale  
Corsi Serali di secondo livello

## **Istituto d'Istruzione Secondaria Superiore "FRANCESCO FERRARA"**

via Sgarlata, 11 - 90133 Palermo - Codice Fiscale 80019080821 - Codice Meccanografico PAIS02300P - Tel. 091.332721  
www.iissferrara.it - e-mail pais02300p@istruzione.it - pec pais02300p@pec.istruzione.it - cod. IPA istsc\_pais02300p

### **PROGRAMMA DI SCIENZE MOTORIE**

#### **CLASSE QUINTA**

*Assi e piani.*

*Grandi e piccoli attrezzi.*

*Terminologia cinetica.*

*Componenti passive dell'apparato locomotore. Lo scheletro.*

*Classificazione osteologica. Forma e struttura delle ossa.*

*Le articolazioni.*

*Capacità motorie. Coordinative generali e speciali*

*Il linguaggio del corpo.*

*Ambiente e prevenzione.*

*Attività in ambiente naturale.*

*Le donne nello sport.*

*Valore formativo dello sport.*

*Fair play.*

*Regole principali e fondamentali della Pallavolo, Pallacanestro,*

*Calcio e Tennis tavolo.*

