



**Istituto di Istruzione Superiore  
Alberti - Dante  
Firenze**

## **PROGRAMMA SVOLTO**

**A.S 2025/2026**

DISCIPLINA: Scienze Motorie

DOCENTE: Viviana Ronci

INDIRIZZO: Classico CLASSE V SEZ: B

### **Impegno didattico**

- Ore settimanali: 02
- Ore didattiche effettivamente svolte 40

### **Unità didattiche svolte:**

Ripasso generale di anatomia/fisiologia: principali sistemi ed apparati trattati.

Primo soccorso

Traumi sportivi



FONDI  
STRUTTURALI  
EUROPEI

pon  
2014-2020





**Istituto di Istruzione Superiore  
Alberti - Dante  
Firenze**

La biomeccanica

Concetto di salute, efficienza fisica ed allenamento sportivo

Conoscenza e comprensione del doping

Tipologie di linguaggio come mezzo di comunicazione

Conoscenza ed esecuzione di alcuni sport individuali

Conoscenza ed esecuzione di alcuni sport di squadra e relativo arbitraggio

Olimpiadi e Movimento Olimpico

Fonti energetiche

Allenamento delle capacità condizionali

Il seguente programma è stato visionato ed accettato dagli studenti.

Firenze, 12/05/26

Docente

Viviana Ronci



FONDI  
STRUTTURALI  
EUROPEI

pon  
2014-2020

