



Istituto Istruzione Superiore

con convitto annesso

"Ignazio e Vincenzo Florio"

Via Mario Barresi, 26 - 91016 Erice (Casa Santa)

TEL. +39 0923 556001 - FAX +39 0923 555501

e-mail : tpis03300r@istruzione.it, PEC: tpis03300r@pec.istruzione.it

sito internet www.alberghieroerice.edu.it



Programma svolto per Uda interdisciplinari

Anno scolastico 2021-22

Disciplina: SCIENZE MOTORIE ESPORTIVE

Classe 3 ^ Prodotti Dolciari

UDA N°1 Il territorio tra tradizione e innovazione

Orienteering : cosa è l'orienteering, l'uso di strumenti tradizionali
Bussola, uso della cartina topografica, sole, come orientarsi ed individuare
un punto d'arrivo, organizzazione di percorsi singoli e di gruppo, attività
aerobica e anaerobica.

App: uso di nuovi sistemi tecnologici per orientarsi in moventi diversi ed in
sicurezza, app sportive mirate al benessere psicofisico .

UDA N°2 Il lavoro come opportunità

Realizzazione di un reportage sulla realtà lavorativa del territorio, con
riferimento alle professioni legate ai percorsi formativi offerti dalla scuola.
Saper utilizzare e controllare il movimento dei segmenti corporei
adeguandolo a diverse situazioni cercando di ottimizzare il lavoro fisico .

UDA N° 3 Viaggi e viaggiatori

Capacità Condizionali: forza resistenza e velocità, controllo del movimento e
dei segmenti corporei adeguandolo a diverse situazioni che permettono di
mantenere una corretta postura ed una buona efficienza fisica.

Trekking : cosa è il trekking, i benefici, attività aerobica , anaerobica e
potenziamento muscolare.

Organizzazione di percorsi singoli e di gruppo nell'ambito dell'accoglienza
e dell'enogastronomia con riferimenti dettagliati del territorio.

UDA N° 4 Dimmi dove, come mangi e soggiorni

Benessere sportivo e applicazioni norme igieniche sanitarie ed alimentari
mirati al mantenimento del benessere psicofisico, conoscere i principi nutritivi
gli alimenti e le loro caratteristiche.

Elaborazione di una dieta equilibrata tenendo conto delle buone e cattive
abitudini nell'alimentazione.

Erice 09/06/2022

Il docente

F.to