

ISIS Di Vittorio- LADISPOLI

Insegnamento della Religione Cattolica

C L A S S E 3 K B E N O

Programma svolto

Anno Scolastico 2025-2026

Presentazioni. Il senso del tempo

Siamo entrati in Gaza, l'inferno in terra https://youtu.be/Nu3rb_SuKHg?si=MeCy5JY7uVJ1wHwO

Se qualcuno venisse ad occuparti la casa... La nascita dello Stato d'ISRAELE: una storia mai risolta

<https://youtu.be/NC8Nv7A9grc?si=KTroOuBOK1khF-Cj>

Come sconfiggere le mafie. Proiezione palestinese. 7 ottobre, un anno dopo.

La folla uccide. Da Amritsar a Gaza. Visione video su Amritsar (film "Gandhi").

Missione popolare non violenta. Sarajevo 1992.

Puntata Porta a Porta 21.09.2025. Denuncia dell'uso dell'intelligenza artificiale per pubblicare video inventati a danno delle donne, famose e comuni. Dal minuto 35

<https://www.raiplay.it/video/2025/10/Porta-a-Porta---Puntata-del-29102025-edb98a68-110c-45bc-b473-5c5b05e1b3dd.html>

Visione film "La ragazza del mare".

Francesco d'Assisi. Fratello nostro COVID 19.

Messaggio di Papa Leone XIV per La LIX Giornata Mondiale della Pace del 1° Gennaio 2026: "La pace sia con tutti voi. Verso una pace disarmata e disarmante" per condividere la riflessione in classe sulle parole-chiave

<https://www.vatican.va/content/leo-xiv/it/messages/peace/documents/20251208-messaggio-pace.html>

Gli episodi della vita di Francesco d'Assisi e i canti del Musical.

Chi ha scritto i Vangeli. Gli "ipsissima verba" di Gesù. Lc 6.

Evento "Gusto e sport", laboratorio cucina.

Gli schiavi della tratta. Dodicesima Giornata Mondiale di preghiera e riflessione contro la tratta di persone.

Visione film "Bakita".

Visione film "Chiara e Francesco".

20-24 9:00-12:00 Orientamento Sapienza

Educazione civica

Lezione del 28/01/2026. Argomento:

Giornata della memoria. Perché perdonare significa tornare alla vita



ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE "Giuseppe di Vittorio"
ISTITUTO PROFESSIONALE PER I SERVIZI ENOGASTRONOMIA E OSPITALITÀ
ALBERGHIERA
Via Gaetano Federici, Ladispoli (RM)

Scienza e Cultura dell'alimentazione
Programma III KB A.S. 2025-26

Libro di testo:

ALIMENTAZIONE OGGI Scienza e cultura dell'alimentazione per i servizi di enogastronomia e di sala e vendita
VOLUME PER IL 3° e 4° ANNO Terza ED. 2024, Silvano Rodato ed. CLITT

Contenuti:

SANA ALIMENTAZIONE:

- Classificazione degli alimenti in base ai criteri funzionali.
- Dieta sana ed equilibrata
- Utilizzare correttamente i valori di Riferimento del Fabbisogno di Nutrienti ed energia (LARN) tenendo conto del sesso, delle diverse fasce d'età e delle situazioni fisiologiche.
- Linee guida per una sana alimentazione.
- La doppia piramide alimentare-ambientale
- Piatto del mangiar sano
- L'alimentazione come strumento per il benessere della persona.

PRODOTTI DI ORIGINE VEGETALE:

Prodotti ortofrutticoli:

- Classificazione i prodotti ortofrutticoli secondo parametri merceologici.
- Aspetti nutrizionali e stagionalità dei prodotti ortofrutticoli.
- Descrivere i principali metodi di conservazione impiegati per i prodotti ortofrutticoli.

Cereali:

- Classificazione dei cereali maggiori, minori e pseudocereali
- Aspetti nutrizionali dei cereali
- Il glutine e la maglia glutinica
- La fermentazione alcolica nella produzione di lievitati e nella produzione di bevande alcoliche
- La produzione di lievitati mediante lievitanti chimici
- La panificazione.
- Il riso: varietà e trattamenti.

Legumi:

- Caratteristiche botaniche e il valore nutrizionale dei legumi.
- Fattori nutrizionali e antinutrizionali dei principali legumi.
- La soia: derivati utilizzati come additivi (Lecitina e Glutammato), derivati fermentati.
- Legumi e sostenibilità ambientale

Olii:

- Metodi di produzione e Classificazione dell'olio di oliva
- Fattori nutrizionali dell'olio EVO e degli oli vegetali.
- Acidi grassi e modificazioni in cottura degli oli.

PRODOTTI DI ORIGINE ANIMALE

Latte e derivati:

- Composizione e valore nutritivo.
- Sanificazione trattamenti termici.
- Separazione delle frazioni del latte.
- Processo di base della produzione di formaggi, di mascarpone e ricotta.
- Processi di produzione dello yogurt.
- Fermentazione lattica vs fermentazione alcolica

La Docente

Prof.ssa Maria Bracci



ATTIVITÀ ALTERNATIVA ALLA RELIGIONE CATTOLICA - PROGRAMMA SVOLTO

(per gli studenti che non si avvalgono dell'IRC)

Docente: Marini Lorenzo

**Denominazione del corso: MATERIA ALTERNATIVA – LINGUAGGI
CINEMATOGRAFICI E FOTOGRAFICI**

Contenuti svolti:

- La storia del cinema: dalle origini del Novecento al cinema moderno
- Evoluzione del linguaggio cinematografico con principali tecniche di montaggio
- La filiera audiovisiva: ideazione, produzione, post-produzione e distribuzione
- Attività laboratoriale di montaggio video tramite applicazioni digitali (es. CapCut)

Obiettivi:

- Comprendere l'evoluzione del linguaggio cinematografico dalle origini ai giorni nostri, riconoscendo i principali movimenti, autori e innovazioni tecniche e stilistiche che hanno influenzato la produzione audiovisiva contemporanea.
- Ideare e incominciare a realizzare un breve prodotto audiovisivo coerente con il periodo storico affrontato, utilizzando il programma di montaggio CapCut e applicando principi di narrazione visiva (inquadrature, ritmi e suoni).

Metodologie:

- Lezione dialogata e discussione guidata
- Analisi di sequenze filmiche e materiali audiovisivi
- Attività laboratoriale individuale e di gruppo (montaggio video)

Criteri di valutazione:

- Partecipazione e interesse
- Impegno e continuità nel lavoro
- Capacità di analisi e argomentazione
- Competenze operative nell'utilizzo degli strumenti di montaggio
- Esiti delle prove di verifica strutturate e semi-strutturate (a risposta multipla)

Firma del docente





MIM
Ministero dell'Istruzione
e del Merito

Istituto Statale D'Istruzione Superiore Giuseppe Di Vittorio



Via Yvon De Begnac, 6 - 00055 Ladispoli (RM) - Ambito 0011 - Distretto scol. N°30 - Cod. Mecc. RMIS05900G - C.F. 91038400585
Tel. 06 97859443 - Sito: www.isisdivittorio.edu.it - e-mail: rmis05900g@istruzione.it PEC: rmis05900g@pec.istruzione.it
CAT - AFM - Via Y. De Begnac, 6 Cod. mecc. RMTD05901T — CAT - AFM (SIA) serale - Via Y. De Begnac, 6 Cod. mecc. RMTD059506
I.P.S.A.R. - Via Federici, snc Cod. mecc. RMRH05901Q

PROGRAMMA SVOLTO

ANNO SCOLASTICO 2025-2026

INDIRIZZO: ENOGASTRONOMICO

CLASSE: 3 K SEZIONE - B

DISCIPLINA: LABORATORIO SERVIZI ENOGASTRONOMICI “cucina”

DOCENTE: DOMENICO FALZARANO

UDA 1: Il personale, la cucina, la sicurezza e il menu

- L'impianto di cucina;
- L'igiene professionale e HACCP;
- La sicurezza sul lavoro;

UDA 2: Le materie prime in cucina

- Qualità dei prodotti alimentari;
- Gli ingredienti di base;
- I prodotti ittici;
- Carne, salume e formaggi;

UDA 3: Le tecniche di base della cucina

- Tecniche di preparazione e conservazione;
- Tecnica di cottura;
- Finitura del piatto, servizio e cucina del benessere

UDA 4 Le realizzazioni culinarie

- Fondi, salse e guarnizioni;
- Antipasti, uova e contorni;
- I primi piatti;

- Pasticceria e arte bianca

TESTO: ALTA PROFESSIONALITA' IN CUCINA PER CLASSI TERZA, PAOLO GENTILI
EDIZIONI CALDERINI

Domenico Calzarano


Programma di Lingua Francese

CLASSE: 3KB

INDIRIZZO: Enogastronomico/cucina

Anno scolastico: 2025/26

Docente: Momoni Claudia

Testo: *"Saveurs & CUISINE", Le français professionnel pour Oenogastronomie, M. Olivieri, P.Baupart*

UDA 1: Les chefs et les autres

La professione e lo staff: I ruoli nella brigata di cucina (La brigade de cuisine)

Abbigliamento e sicurezza: La divisa del personale di cucina (La tenue vestimentaire).

Gli spazi di lavoro: L'organizzazione, la struttura e la disposizione della cucina (L'organisation et l'implantation d'une cuisine).

Attrezzature e strumenti: Gli elettrodomestici e i grandi impianti (Les équipements) e i piccoli utensili da taglio e da lavoro (Les ustensiles).

Cultura e Interdisciplinarietà:

Cultures vis-à-vis: Confronto tra la cucina tradizionale regionale francese e quella italiana.

Atelier interdisciplinaire: Alla scoperta della cucina regionale francese (La Bourgogne)

UDA 2: Le menu

Tipologie di menu: Differenza tra menu a prezzo fisso e menu alla carta.

Struttura: La composizione corretta di un menù francese ed europeo.

Les services du menu

Gli antipasti e i primi: Gli antipasti (Les hors-d'œuvre) e le minestre/vellutate (Les potages).

Le basi della cucina: I fondi di cucina e le salse madri (Les fonds et les sauces).

Redazione di un menu: à la carte, degustazione, a prezzo fisso

Uda 3: Les plats de résistance

I piatti principali: Studio dei secondi piatti a base di carne e pesce (tecniche di cottura e abbinamenti).

Argomenti di Educazione Civica" Le Gaspillage", (goal 12 AGENDA 2030 - Consumi responsabili) come evitare gli sprechi alimentari, possibili soluzioni e comportamenti da adottare all'interno di una cucina.

3 giugno 2026

Prof.ssa Claudia Momoni



ISTITUTO PROFESSIONALE SUPERIORE SERVIZI ENOGASTRONOMIA ED OSPITALITA'
ALBERGHIERA "G. DI VITTORIO" LADISPOLI - ROMA

PROGRAMMA DI DIRITTO E TECNICHE AMMINISTRATIVE DELLA STRUTTURA RICETTIVA

ANNO SCOLASTICO 2025 - 26

CLASSE III KB

DOCENTE: ROSA TORINO

Testo di riferimento:

Titolo: "DIRITTO E TECNICHE AMMINISTRATIVE DELLA STRUTTURA RICETTIVA" - Ed. LIVIANA – volume 1 -
classe terza

UDA 0 BENVENUTO IN TERZA!

NUCLEO 1 RIPASSIAMO INSIEME UN PO' DI MATEMATICA

**1.1 i rapporti e le proporzioni; 1.2 i calcoli percentuali diretti e inversi; 1.3 l'interesse semplice e il
montante; 1.4 lo sconto commerciale e il valore attuale.**

NUCLEO 2 RIPASSIAMO INSIEME UN PO' DI DIRITTO E DI ECONOMIA

2.1 l'attività economica; 2.2 lo stato nell'attività economica.

UDA A IMPARO A CONOSCERE LA REALTA' DEL TERRITORIO

NUCLEO 1 IL LUOGO DOVE VIVO

**1.1 La mia città è un comune; 1.2 il comune fa parte di una regione; 1.3 la regione fa parte dello stato;
1.4 l'Italia fa parte dell'UE.**

NUCLEO 2 IL MERCATO TURISTICO

**2.1 l'attrattività turistica di un territorio; 2.2 il mercato del turismo; 2.3 gli effetti del turismo; 2.4 le
caratteristiche della domanda turistica; 2.5 le caratteristiche dell'offerta turistica; 2.6 l'analisi della
domanda e dell'offerta.**

NUCLEO 3 LE AZIENDE DOVE POTRO' LAVORARE

**3.1 Che cos'è un'azienda? 3.2 le imprese turistiche, una realtà in evoluzione; 3.3 le imprese ricettive; 3.4
le imprese ristorative; 3.5 le imprese di viaggi; 3.6 gli operatori pubblici e le associazioni del turismo; 3.7
lavorare nell'impresa turistica.**

UDA B IMPARO A CONOSCERE L'IMPRESA

NUCLEO 1 LE VARIE FORME DI IMPRESA

1.1 la definizione di impresa; 1.2 il soggetto giuridico e il soggetto economico; 1.3 la ditta, il marchio e l'insegna; 1.4 l'impresa individuale e l'impresa familiare; 1.5 il contratto di società; 1.6 le società di persone; 1.7 le società di capitali; 1.8 le società cooperative.

NUCLEO 2 COME FARE PER AVVIARE UN'IMPRESA

2.1 i requisiti per l'avvio di un'impresa; 2.2 le formalità amministrative; 2.3 l'investimento di un capitale.

UDA C IMPARO A FARE ACQUISTI E VENDITE

NUCLEO 1 GLI ACQUISTI DAI FORNITORI

1.1 il contratto di compravendita; 1.2 il contratto di somministrazione; 1.3 la fattura elettronica; 1.4 l'imposta sul valore aggiunto (IVA).

NUCLEO 2 LE VENDITE AI CLIENTI

2.1 le vendite dei servizi alberghieri; 2.2 le vendite dei servizi ristorativi; 2.3 le vendite delle imprese di viaggi; 2.4 i tour operator

UDA D IMPARO A CONOSCERE LE BANCHE E I MEZZI DI PAGAMENTO

NUCLEO 1 LE OPERAZIONI DELLE BANCHE

1.1 che cosa sono le banche? 1.2 le operazioni di raccolta; 1.3 le operazioni di impiego.

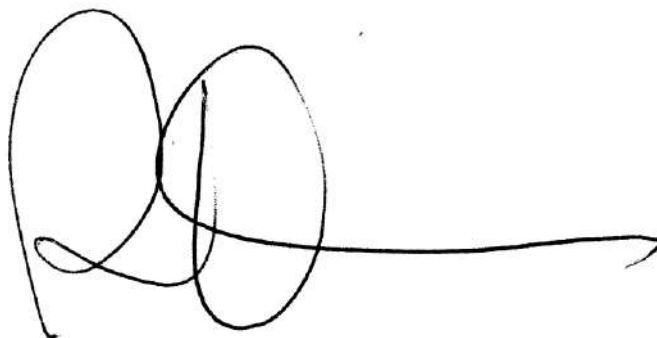
NUCLEO 2 I MEZZI DI PAGAMENTO

2.1 i pagamenti elettronici; 2.2 gli assegni, 2.3 la cambiale.

PROGRAMMA DI ED. CIVICA: h 4 educazione alla legalità e contrasto alla mafia

Ladispoli, lì 28.05.2026

DOCENTE: Prof.ssa Rosa Torino



Programma di Lingua Inglese

CLASSE: 3KB

INDIRIZZO; Enogastronomico/cucina

Anno scolastico: 2025/26

Docente: Momoni Claudia

TESTO: "Mastering Cooking &service", di C.Ellen Morris e A.Smith (Gruppo Eli)

UDA 1: THE CATERING INDUSTRY & MARKETING

Unit 1: The Catering Industry

The world of hospitality: Introduzione macroeconomica e concettuale al settore dell'ospitalità, dell'accoglienza e dei servizi ristorativi.

Types of catering: Analisi comparativa e classificazione delle diverse tipologie di ristorazione: commerciale (lineare, catene, franchising) e collettiva/sociale (aziendale, scolastica, ospedaliera).

The history of accommodation and restaurants:

Types of restaurant: Classificazione e differenziazione dei locali di ristoro (formal dining, casual dining,

bistrot, fast food, trattorie, ristorazione etnica e a tema).

The restaurant - location and layout: Criteri di scelta della posizione geografica e studio del layout planimetrico; ottimizzazione degli spazi interni per il flusso dei clienti e del personale.

Services and facilities: Analisi dei servizi offerti, delle infrastrutture e delle dotazioni tecniche volte a migliorare l'esperienza dell'ospite.

The rating system: I sistemi internazionali di classificazione, valutazione e certificazione di qualità (dalle

stelle Michelin alle recensioni digitali e guide di settore).

Unit 2: Marketing and Promotion

Marketing strategies: Principi base del marketing applicato alla ristorazione (le 4 P del marketing mix).

Promotion and communication: Tecniche di promozione dell'attività ristorativa, canali di comunicazione

tradizionali e digitali (social media marketing, brand identity, visual marketing).

UDA 2: THE WORLD OF COOKING

Unit 3: Working in a Kitchen

The kitchen brigade: La struttura gerarchica e organizzativa della cucina professionale; analisi dei ruoli,

delle responsabilità e delle mansioni specifiche dall'Executive Chef al personale di supporto.

Kitchen stations: Studio approfondito delle varie "partite" di cucina (Saucier, Garde-Manger, Entremetier,

Poissonier, Pâtissier) e interazione tra i reparti.

A chef's uniform: I componenti dell'abbigliamento professionale (toque, giacca doppiopetto, grembiule,

pantaloni, calzature antinfortunistiche); requisiti di sicurezza, funzionalità e decoro.

Hygiene rules: Norme igieniche fondamentali riguardanti la persona e i comportamenti operativi all'interno

dell'ambiente di lavoro.

Post-COVID Kitchens: Analisi dell'adeguamento strutturale e procedurale delle cucine in risposta alle

normative igienico-sanitarie moderne ed emergenziali.

Unit 4: Kitchen and Equipment

Kitchen configurations, areas and design: Criteri di progettazione dei flussi di lavoro (marcia in avanti)

e configurazioni spaziali (in linea, a isola, a L).

Equipment categorization: Studio terminologico e funzionale dei macchinari:

Food preparation appliances: Robot multifunzione, affettatrici, impastatrici, tritacarne.

Cooking appliances: Forni combinati, piani cottura (induzione, gas), braciere, friggitrici, roner.

Refrigerating appliances: Frigoriferi industriali, celle frigorifere, abbattitori di temperatura.

Cookware: Nomenclatura e materiali di pentolame, teglie, casseruole, padelle e wok in relazione ai diversi

tipi di cottura.

Kitchen utensils: Utensili minori da cucina (fruste, spatole, schiumarole, passaverdura, pelapatate).

Knives: Studio specialistico dei coltelli professionali (Chef's knife, paring knife, boning knife, filleting knife),

affilatura, manutenzione e tecniche di sicurezza nell'utilizzo.

UDA 3

Unit 5: Food Supplies and Ingredients

Sourcing suppliers: Criteri di selezione dei fornitori, gestione degli approvvigionamenti, catena logistica e

controllo delle merci in entrata.

Storing food: Regole per il corretto stoccaggio dei prodotti alimentari (FIFO - First In, First Out), controllo

delle temperature di conservazione e ripartizione dei magazzini (secco, celle, fresco).

Food ingredients (Lexicon and Properties):

Cereals: Tipologie di cereali, farine, riso e derivati amidacei nella panificazione e pasticceria.

Fruit and vegetables: Classificazione botanica e commerciale, tecniche di preparazione preliminare, stagionalità e metodi di conservazione.

Dairy products: Il latte, la panna, il burro e la classificazione dei formaggi nazionali ed esteri.

ARGOMENTI DI EDUCAZIONE CIVICA : "FOOD WASTE" (goal 12 AGENDA 2030)

3 GIUGNO 2026

Prof.ssa Claudia Momoni



Italiano
Classe 3K B
a.s. 2025-2026

La nascita della letteratura italiana

La letteratura religiosa

San Francesco D'Assisi, *"Il Cantico di frate Sole"*

La Scuola siciliana

Lo Stilnovo

Guido Guinizelli, *"Io voglio del ver la mia donna laudare"*

Dante Alighieri: vita, opere e poetica

Dante Alighieri, *"Tanto gentil e tanto onesta pare"*

La Divina Commedia. Struttura dell'opera. L'allegoria.

"Nel mezzo del cammin di nostra vita": l'inizio del viaggio (Inferno, Canto I, vv. 1-27)

Francesco Petrarca: vita, opere e poetica

Il Canzoniere. Struttura dell'opera. I temi. Lingua e stile.

Francesco Petrarca, *"Voi ch'ascoltate in rime sparse il suono"* (da Canzoniere, I)

Francesco Petrarca, *"Solo et pensoso"* (da Canzoniere, XXXV)

Umanesimo e Rinascimento

Giovanni Boccaccio: vita, opere e poetica

Il Decameron. Struttura dell'opera. I temi. Lingua e stile.

Giovanni Boccaccio, *"Lisabetta da Messina"* (da Decameron, giornata IV, novella 5)

Giovanni Boccaccio, *"Chichibio"* (da Decameron, giornata VI, novella 4)

Libro di testo:

Roncoroni, M.M. Cappellini, E. Sada, *"1000 pagine di letteratura. Dalle origini a oggi"*, vol. U, editore C. Signorelli Scuola.

"Pagine di Letteratura. Dalle origini al Cinquecento. Tutta la letteratura che serve", vol. 1, editore C. Signorelli Scuola (testo integrato per percorsi facilitati).

Storia
Classe 3K B
a.s. 2025-2026

La rinascita dopo l'anno 1000
La nascita del Comune
La Chiesa, l'Impero, i Comuni
Crisi ed evoluzioni nel Trecento
La trasformazione delle monarchie nazionali
L'Italia degli Stati regionali
L'età del Rinascimento
Alla scoperta di un nuovo mondo

Libro di testo:

V. Calvani, *"La storia intorno a noi. Medioevo e età moderna"*, vol. 3, editore Mondadori A. Scuola
V. Calvani, *"Percorsi facilitati di storia. Didattica inclusiva"*, editore Mondadori Education spa

Educazione civica
Classe 3K B
a.s. 2025-2026

Nel corso dell'anno sono stati affrontati, attraverso dibattiti e momenti di confronto, temi legati al rispetto degli altri, alla cittadinanza responsabile e alla convivenza civile nel contesto scolastico.

Ladispoli, 03 giugno 2026

L'insegnante
Patrizia Specchio



PROGRAMMA DI MATEMATICA

Docente : Prof.ssa LOREDANA ALFARANO

Classe: 3 KB

Anno scolastico : 2025-26

Testo in adozione : Leonardo Sasso-Ilaria Fragni COLORI DELLA MATEMATICA
Ed bianca vol. A PETRINI

Modulo 1:	Contenuti
ALGEBRA	
U.D. 1: EQUAZIONI DI PRIMO E SECONDO GRADO	Ripasso prodotti notevoli e scomposizioni di polinomi. Ripasso equazioni di primo grado intere e a coefficienti frazionari. Equazioni di secondo grado intere e a coefficienti frazionari: complete, pure e spurie.
U.D. 2: SISTEMI LINEARI	Metodo di Cramer.
Modulo 2:	
GEOMETRIA ANALITICA	
U.D. 1: PIANO CARTESIANO	Caratteristiche e quadranti. Rappresentazione dei punti sul piano cartesiano.
U.D. 2: RETTA	Equazione di una retta in forma implicita ed esplicita. Grafico di una retta e casi particolari. Significato del coefficiente angolare e del termine noto. Appartenenza di un punto a una retta. Equazione della retta passante per due punti. Condizione di parallelismo e perpendicolarità. Equazione della retta passante per un punto e parallela o perpendicolare ad una retta data. Rette parallele agli assi. Punto di intersezione tra due rette. Problemi che hanno modelli lineari.
U.D. 4: PARABOLA	Definizione ed equazione di una parabola. Vertice, asse di simmetria. Intersezioni con gli assi cartesiani e rappresentazione grafica. Appartenenza di un punto a una parabola.

U.D. 5: CIRCONFERENZA	Definizione ed equazione di una circonferenza. Centro, raggio e rappresentazione grafica.
Modulo 3: EDUCAZIONE CIVICA Ore: 6 SALUTE E BENESSERE	INTERNAZIONALI DI TENNIS Partecipazione all'evento sportivo. Riflessione sul ruolo dello sport come strumento di cittadinanza attiva e benessere sociale.

Ladispoli, 29 maggio 2026

Prof. Loredana Alfarano



I.S.I.S. DI VITTORIO LADISPOLI
ISTRUZIONE PROFESSIONALE ENOGASTRONOMIA E OSPITALITÀ ALBERGHIERA
PROGRAMMA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE-ED. CIVICA

3KB
A.S. 2025/2026

Prof. Francesco Carmine Marino

CAPACITA' MOTORIE

- Introduzione all' allenamento sportivo;
- I fattori della forza, resistenza, velocità e flessibilità;

SPORT E REGOLE

- Sport di squadra (pallavolo, basket e futsal);
- Sport individuali (tennistavolo, badminton e tennis-padel);
- Studio dei fondamentali e degli schemi dei giochi sportivi.

SALUTE, BENESSERE E PREVENZIONE

- Le dipendenze (tabacco, alcol, le droghe e i loro effetti, le dipendenze comportamentali);
- Una sana alimentazione (fabbisogno energetico, idrico e bioregolatore).
- I disturbi del comportamento alimentare;
- L'igiene alimentare.

***COMPETENZE DI EDUCAZIONE CIVICA (ore 19h)**

- Lo sport e la disabilità;
- Il doping nello sport;
- I valori dello sport (regole scritte e non scritte, e fair play);
- Primo soccorso (come agisce il soccorritore, valutazione dello stato di coscienza o incoscienza, le emergenze e le urgenze ambientali);
- Vita quotidiana/sicurezza e procedure di evacuazione sul posto di lavoro.

Pratica:

- Esercizi di espressività corporea;
- Ginnastica posturale;
- Esercizi in isotonia e isometria;
- Esercitazioni per favorire il progressivo potenziamento muscolare;
- Esercizi per la mobilità articolare;
- Esercizi di stretching/riscaldamento;
- Esercizi per la coordinazione e l'equilibrio.

Metodologie e strumenti:

- Lezioni pratiche in palestra e/o spazi esterni;
- Lezioni teoriche in aula con uso di video e discussioni guidate;
- Condivisione materiale di studio (dispense piattaforma Teams);
- Approccio cooperativo e partecipativo, con valorizzazione del contributo personale degli studenti.

Il Docente

Marino Francesco Carmine

