



**Istituto di Istruzione Superiore
"LICEO BOCCHI-GALILEI"**

Indirizzi: Classico, Linguistico, Scienze Umane, Scientifico, Scienze Applicate
Via Dante 4, 45011 ADRIA (RO) tel. 0426 21107 - C.F. 90016140296
Codice Meccanografico ROIS00100E - COD.UFF. UF90B7
e-mail: rois00100e@istruzione.it rois00100e@pec.istruzione.it



PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE SVOLTA

Anno scolastico 2021/2022

Docente: Dentello Gilberto
Materia: Scienze motorie e sportive
Classe: 2^A
Indirizzo: Lingue



**Istituto di Istruzione Superiore
"LICEO BOCCHI-GALILEI"**

Indirizzi: Classico, Linguistico, Scienze Umane, Scientifico, Scienze Applicate
Via Dante 4, 45011 ADRIA (RO) tel. 0426 21107 - C.F. 90016140296
Codice Meccanografico ROIS00100E - COD.UFF. UF90B7
e-mail: rois00100e@istruzione.it rois00100e@pec.istruzione.it



<u>Argomenti</u> (indicare anche eventuali percorsi di ripasso e di educazione civica)	<u>Capitoli e/o pagine</u>
<ul style="list-style-type: none">• Attività aerobica in ambiente naturale: camminata a ritmo progressivo km 6,7,8 durante metà dell'anno scolastico.• Andature ginniche e pre-atletismo• Coordinazione con funicella e scalette agility• Test motori su forza esplosiva con palle mediche• Attività di fitness ed educazione al ritmo su base musicale (step e circuiti)• Prove di lancio con il vortex• Salto in alto dorsale• Sport di racchetta : Badminton e go back	
Teoria: <ul style="list-style-type: none">• protocollo di sicurezza in palestra• Il sistema muscolare• L' apparato cardiocircolatorio• Ed. Civica: la salute dinamica nei tre aspetti biologico, psicologico e sociale.	
<ul style="list-style-type: none">• Giornata sportiva verde 2, località Colli Euganei (Teolo) : parco avventura (attività sugli alberi) , orienteering in collina.	

DATA 30/05/2022

FIRMA DEL DOCENTE Dentello Gilberto

Firme dei rappresentanti di classe _____