



**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[^]B
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• Prove di lancio con il vortex• Attività di fitness ed educazione al ritmo su base musicale (step)• 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 _____