



**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: 3^A
Indirizzo: Scientifico



**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• Test motori su forza esplosiva con palle mediche• Prove di lancio con il vortex• Introduzione al gioco del Frisbee Ultimate a squadre• Sport di racchetta : Badminton e go back	
<p>Teoria:</p> <ul style="list-style-type: none">• Le capacità condizionali : la forza• L' apprendimento e il controllo motorio. <p>Ed. Civica:</p> <ul style="list-style-type: none">• la salute dinamica nei tre aspetti biologico, psicologico e sociale.	
<ul style="list-style-type: none">• Giornata sportiva Azzurra 1, località Spiaggia Romea (Lido di Volano-Nazioni) : canoa/kayak, barca a vela, dragon boat, bicicletta, tiro con l' arco, piscina	

DATA 30/05/2022

FIRMA DEL DOCENTE Dentello Gilberto

Firme dei rappresentanti di classe _____