



Istituto di Istruzione Superiore
"LICEO BOCCHI-GALILEI"

Indirizzi: Classico, Linguistico, Scienze Umane, Economico Sociale,
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 2022/2023

Docente: De Stefani Domenico
Materia: Scienze motorie e sportive
Classe: 4[^] A
Indirizzo: Classico



Istituto di Istruzione Superiore
"LICEO BOCCHI-GALILEI"

Indirizzi: Classico, Linguistico, Scienze Umane, Economico Sociale,
Scientifico, Scienze Applicate

Via Dante 4, 45011 ADRIA (RO) tel. 0426 21107 - C.F. 90016140296
Codice Meccanografico ROIS00100E - COD.UFF. UF9OB7

e-mail: rois00100e@istruzione.it rois00100e@pec.istruzione.it



<u>Argomenti</u> (indicare anche eventuali percorsi di ripasso)	<u>Capitoli e/o</u> <u>pagine</u>
Attività aerobica in ambiente naturale: camminata a ritmo progressivo km 6,7, 8 durante tutto l'anno scolastico Acrosport a 3, 4 Giochi sportivi	
Teoria: Il doping I sistemi di produzione energetica; l'allenamento sportivo, la supercompensazione, l'omeostasi, la fatica, l'aggiustamento e l'adattamento. L'economia dei diversi sistemi energetici	
Giornata sportiva azzurra 2, Bassano del Grappa: rafting in gommone e visita grotte di Oliero	

<u>Argomenti</u> (ed. civica)	<u>Capitoli e/o</u> <u>pagine</u>
Il doping	

Libro di testo: Educare al movimento Slim, Marietti Scuola

DATA 31/05/2023

FIRMA DEL DOCENTE _____

Firme dei rappresentanti di classe _____