

ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE

"Cristoforo Colombo"

Via San Francesco, 33 - 45011 Adria (Ro) Tel. 0426.21178 - Fax 0426.900477 Cod. Mecc. generale : ROIS00200A Cod. Fiscale 81004960290

https://www.istituto-colombo.edu.it PEO:rois00200a@istruzione.it – PEC: rois00200a@pec.istruzione.it



PROGRAMMI SVOLTI 2021/22

CLASSE: 4

SEZIONE: E

DOCENTE: Alessandro

Milan

MATERIA: scienze motorie

AVVIAMENTO ALLA PRATICA SPORTIVA prevenzione e sicurezza, regole e regolamenti, stretching

ATLETICA LEGGERA Preatletismo generale a corpo libero e con attrezzi Specialità : camminata sportiva

ATTIVITA' SPORTIVE DI SQUADRA Pallavolo, calcetto, basket

ATTIVITA' SPORTIVE INDIVIDUALI Badminton, percorsi motori

PREPARAZIONE TEORICA:

Fair play, come diventare arbitri di calcio, i benefici dell'attività fisica, traumatologi sportiva, capacità condizionalicoordinative e allenamento, badminton, sport all'aperto, circuit training, percorsi motori

Data:02/06/2022	2			
Firma Rappresen	tanti Alunni_			
Firma Docente_	Seul	Gen	_	