

## 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: 5

SEZIONE: B

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, circuit training

## PREPARAZIONE TEORICA:

Fair play, doping, sport paralimpici, lo sviluppo psico motorio, attività motoria nell'età evolutiva, attività motoria per gli anziani, disturbi alimentari, sport e fascismo, come diventare arbitri, badminton, circuit training, percorsi motori

Data: 02/06/2022

Firma Rappresentanti Alunni

Firma Docente