

	SISTEMA DI GESTIONE INTEGRATO QUALITÀ-ACCREDITAMENTO UNI EN ISO 9001:2015 - MANUALE OPERATIVO ACCREDITAMENTO	PROGRAMMA SVOLTO	Cod. Mod. DS-005
	I.I.S. PRIMO LEVI		Rev.00 01.09.2016

PROGRAMMA SVOLTO ANNO SCOLASTICO 2021/2022

DISCIPLINA:	SCIENZE MOTORIE E DISCIPLINE SPORTIVE
-------------	--

CLASSE: 1°	SEZ. A LISS	INSEGNANTI: MAURIZIO CERA	
------------	----------------	----------------------------------	--

LIBRO DI TESTO: PIÙ MOVIMENTO – SCIENZE MOTORIE – DISCIPLINE SPORTIVE LOVECCHIO-MERATI-VAGO MARIETTI SCUOLA

1. ATTIVITÀ TEORICHE/PRATICHE:

MODULO N. 1	TITOLO: SCIENZE MOTORIE
<p>PRATICA</p> <ul style="list-style-type: none"> - COORDINAZIONE MOTORIA E MOBILITA' ARTICOLARE - STRETCHING E POTENZIAMENTO MUSCOLARE - SVILUPPO DELLE CAPACITA' CONDIZIONALI GENERALI - FONDAMENTALI INDIVIDUALI E DI SQ. NELLA PALLACANESTRO - FONDAMENTALI INDIVIDUALI E DI SQ NELLA PALLAVOLO - ATLETICA GENERALE ED ESERCIZI DI PREATLETISMO - CIRCUITI <p>TEORIA</p> <ul style="list-style-type: none"> - ANATOMIA E FISIOLOGIA APPLICATA ALLO SPORT - LA PROBLEMATICA LEGATA AL DOPING. - ALIMENTAZIONE DELLO SPORTIVO - TRAUMATOLOGIA - SISTEMA SCHELETRICO E MUSCOLARE - I SISTEMI ENERGETICI - LA FISIOLOGIA DEL MOVIMENTO (TIPI DI CONTRAZIONE MUSCOLARE ETC) 	

	SISTEMA DI GESTIONE INTEGRATO QUALITÀ-ACCREDITAMENTO UNI EN ISO 9001:2015 - MANUALE OPERATIVO ACCREDITAMENTO	<h2 style="color: red;">PROGRAMMA SVOLTO</h2>	Cod. Mod. DS-005
	I.I.S. PRIMO LEVI		Pag. 2 di 2 Rev.00 01.09.2016

MODULO N. 2	TITOLO: DISCIPLINE SPORTIVE
<ul style="list-style-type: none"> - <u>DISCIPLINA SPORTIVA: NUOTO</u> N°12 ORE (Periodo Ott/dic) - <u>DISCIPLINA SPORTIVA: PATTINAGGIO SU GHIACCIO E HOCKEY SU GHIACCIO</u> N°12 ORE (Periodo Gen/Mar) - <u>DISCIPLINA SPORTIVA: BEACH</u> N° 12 ORE (Periodo Aprile /Giugno) 	

Torino, 06/06/2022

IL Docente

I Rappresentanti di Classe
