

	<b>SISTEMA DI GESTIONE INTEGRATO QUALITÀ-ACCREDITAMENTO</b> UNI EN ISO 9001:2015 - MANUALE OPERATIVO ACCREDITAMENTO	<b>PROGRAMMA SVOLTO</b>	<b>Cod. Mod.</b> <b>DS-005</b>
	<b>I.I.S. PRIMO LEVI</b>		<b>Pag. 1 di 2</b> <b>Rev.01</b> <b>23.05.2022</b>

## PROGRAMMA SVOLTO ANNO SCOLASTICO 2021/2022

<b>DISCIPLINA:</b>	<b>SCIENZE MOTORIE</b>
--------------------	------------------------

<b>CLASSE: 3<sup>A</sup></b>	<b>SEZ. A LISS</b>	<b>INSEGNANTI:</b>	<b>MARCO BERTINETTI</b>
------------------------------	------------------------	--------------------	-------------------------

<b>LIBRO DI TESTO: PIÙ MOVIMENTO-SCIENZE MOTORIE</b>
--

### 1. ATTIVITÀ TEORICHE/PRATICHE:

<b>MODULO N. 1</b>	<b>TITOLO: GINNASTICA FUNZIONALE E ATLETICA</b>
<b>TECNICA DI CORSA E SVILUPPO CAPACITÀ CONDIZIONALI:          PREATLETISMO E ANDATURE.          VELOCITÀ E CORSA DI RESISTENZA.          ESERCITAZIONI CON LEZIONI FRONTALI DI MOBILITÀ ARTICOLARE E TONICITÀ MUSCOLARE. CIRCUIT TRAINING. STRETCHING.</b>	

<b>MODULO N. 2</b>	<b>TITOLO: GIOCHI SPORTIVI</b>
<b>FONDAMENTALI INDIVIDUALI E REGOLE DI GIOCO.          FONDAMENTALI DI SQUADRA E TORNEI INTERCLASSE.          PALLAVOLO, PALLACANESTRO, CALCIO A 5 E PALLAMANO.</b>	

<b>MODULO N. 3</b>	<b>TITOLO: EDUCAZIONE CIVICA</b>
<b>PRINCIPI ALIMENTARI E SPORT AGONISTICO.</b>	

	<b>SISTEMA DI GESTIONE INTEGRATO QUALITÀ-ACCREDITAMENTO</b> <small>UNI EN ISO 9001:2015 - MANUALE OPERATIVO ACCREDITAMENTO</small>	<b>PROGRAMMA SVOLTO</b>	<b>Cod. Mod.</b> <b>DS-005</b>
	<b>I.I.S. PRIMO LEVI</b>		<b>Rev.01</b> <b>23.05.2022</b>

## 2. LEZIONI TEORICHE SCIENZE MOTORIE:

<b>ESERCITAZIONE N. 1</b>	<b>TITOLO: FISILOGIA DELLO SPORT</b>
<b>ADATTAMENTI FISILOGICI ALL'ALLENAMENTO</b> <b>TEST E VALUTAZIONE</b> <b>TEST DI CONCONI</b> <b>SPORT E SUOI PRINCIPI</b> <b>PRINCIPI DELL'ALLENAMENTO SPORTIVO</b>	

Torino, 06/06/2022

Docente

Prof. MARCO BERTINETTI

Rappresentanti di classe

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_