

PROGRAMMA SVOLTO A.S. 2024/2025

MATERIA	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
CLASSE	5B AUTOMAZIONE
DOCENTE	NARDI MICHELE

OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO	ARGOMENTI E ATTIVITA' SVOLTE
<i>La percezione di sé e il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive</i>	Esercizi di riscaldamento generale tramite andature coordinative, salto della corda.
<i>Salute, benessere sicurezza e prevenzione</i>	Esercizi di rinforzo della muscolatura addominale, stretching degli arti superiori e inferiori e del busto. TEORIA: Alimentazione e nutrizione dello sportivo, il sonno e principi generali di traumatologia.
<i>Lo sport, le regole e il fair play</i>	Basket, Pallavolo, Badminton.
<i>Educazione civica</i>	Punto 3 dell'Agenda 2030 Assicurare la salute e il benessere per tutti e per tutte le età Video-intervista a Nerio Alessandri e relativo questionario.

FIRMA DOCENTE

DATA

28/05/2025

FIRMA ALUNNI