PROGRAMMA SVOLTO

Classe 5 LSU

Materia: Scienze motorie e sportive Docente: *Persenico Paola*

PROGRAMMA SVOLTO DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

I QUADRIMESTRE	
ARGOMENTI SVOLTI	**ORE**
Preparazione aerobica al test di Cooper e test	**8**
pallavolo	**8**
pattinaggio	**8**
teoria dell'alimentazione	**4**

II QUADRIMESTRE	
ARGOMENTI SVOLTI	**ORE**
Nuoto	**10**
Tennis: fondamentali e partite. Calcetto	**4**
Lezioni di step	**2**
Attività motoria per miglioramento aerobico	**2**
Teoria dell'alimentazione	**4**
Verifica	**1**
ARGOMENTI PROGRAMMATI DAL 15 MAGGIO ALLA FINE DELLE LEZIONI (eventuali argomenti non svolti e/o altre difformità saranno segnalate e documentate alla Commissione d'esami)	
Atletica: attività di miglioramento aerobico	**4**
Attività in ambiente naturale	**4**

ALTRE ATTIVITÀ (approfondimento, recupero, letture, viaggio di istruzione, visite ecc.)
Viaggio d'istruzione a Cracovia.

Rappresentante di classe **Rappresentante di classe**

_____ _____

Insegnante

_____

Chiavenna, 15 maggio 2015