

**PROGRAMMA SVOLTO**  
**DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

**Classe 5 LSC**

**Docente: Persenico Paola**

**Ore annue previste 62    Ore effettivamente svolte 50**

<b>I PERIODO</b>	
<b>ARGOMENTI SVOLTI</b>	<b>ORE</b>
<b>Preparazione al test sulla resistenza</b>	<b>5</b>
<b>Uscita sul territorio</b>	<b>1</b>
<b>Pattinaggio</b>	<b>6</b>
<b>Pallacanestro</b>	<b>3</b>
<b>Test 12 minuti</b>	<b>2</b>
<b>Teoria: alimentazione e sport</b>	<b>4</b>
<b>TOTALE ORE</b>	<b>21</b>

II PERIODO	
ARGOMENTI SVOLTI	ORE
<b>Nuoto</b>	<b>10</b>
<b>Pallavolo</b>	<b>2</b>
<b>Circuito potenziamento aerobico</b>	<b>2</b>
<b>Calcetto</b>	<b>2</b>
<b>Tennis</b>	<b>4</b>
<b>Teoria: alimentazione e sport</b>	<b>5</b>
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)	
<b>Tennis</b>	<b>4</b>
<b>TOTALE ORE</b>	<b>29</b>

ALTRE ATTIVITÀ	ORE
<b>Simulazione d'esame</b>	<b>2</b>
<b>Assemblea d'Istituto</b>	<b>2</b>
<b>Verifiche</b>	<b>2</b>
<b>Progetti: educazione alla legalità, incontro con esperti del territorio</b>	<b>4</b>
<b>Visita d'istruzione</b>	<b>2</b>
<b>TOTALE ORE</b>	<b>12</b>

Rappresentante di classe

Alessandro Mura

Rappresentante di classe

Riccardo Mura

Insegnante

Paolo Perini

Chiavenna, 15 maggio 2019