ANNO SCOLASTICO 2023/2024

PROGRAMMA SVOLTO

DISCIPLINA

SCIENZE MOTORIE

Classe: V B Docente: SEBASTIANO CARROZZA

|  |
| --- |
| ARGOMENTI SVOLTI  PRIMO QUADRIMESTRE |
| **MICRONUTRIENTI -MACRONUTRIENTI** |
| **SISTEMA SCHELETRICO** |
| **SPORT DI SQUADRA: PALLAMANO** |
| **SPORT DI SQUADRA: PALLAVOLO** |
| **SPORT DI SQUADRA: PALLACANESTRO** |
| **SPORT DI SQUADRA: CALCIO A 5** |
| **SPORT INDIVIDUALI: TENNIS DA TAVOLO** |
| **SPORT INDIVIDUALI: BADMINTON** |
| **SPORT INDIVIDUALI: ATLETICA LEGGERA** |
| **SPORT INDIVIDUALI: TABATA** |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

|  |
| --- |
| ARGOMENTI SVOLTI  SECONDO QUADRIMESTRE |
| **APPARATO CARDIOCIRCOLATORIO** |
| **PRINCIPI DELL’ALLENAMENTO** |
| **SPORT DI SQUADRA: PALLAMANO** |
| **SPORT DI SQUADRA: PALLAVOLO** |
| **SPORT DI SQUADRA: PALLACANESTRO** |
| **SPORT DI SQUADRA: CALCIO A 5** |
| **SPORT INDIVIDUALI: TENNIS DA TAVOLO** |
| **SPORT INDIVIDUALI: BADMINTON** |
| **SPORT INDIVIDUALI: ATLETICA LEGGERA** |
| **SPORT INDIVIDUALI: TABATA** |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ALTRE ATTIVITÀ | ORE | NOME ATTIVITA’ |
| PCTO |  |  |
| Progetti |  |  |
| Recupero e/o approfondimento |  |  |
| Educazione civica |  |  |

Santa Severina 08/05/2024

**Firma del Docente**

SEBASTIANO CARROZZA