

ANNO SCOLASTICO 2020/2021

PROGRAMMA SVOLTO

INDIRIZZO DI RIFERIMENTO	SIA		
MATERIA	SCIENZE MOTORIE SPORTIVE	CLASSE	5 A
DOCENTE	BONVINI LUISA		

MODULI/NUCLEI	CONTENUTI
MODULO 1: DAD	DOPING: LE SOSTANZE PROIBITE E LE CONSEGUENZE DELL'UTILIZZO
MODULO 2: DAD	FAIR PLAY: REGOLE NON SOLO NELLO SPORT
MODULO 3: DAD	CAPACITA' CONDIZIONALI: FORZA, VELOCITA', RESISTENZA, MOBILITA' ARTICOLARE
MODULO 4: DAD	ALIMENTAZIONE: MACRO E MICRONUTRIENTI, UNA SANA ALIMENTAZIONE
MODULO 5: DAD	PRIMO SOCCORSO: DEFIBRILLATORE E IL MASSAGGIO CARDIOPOLMONARE

ANNO SCOLASTICO 2020/2021

MODULO 6: DAD	EDUCAZIONE STRADALE: SANZIONI E COMPORTAMENTI, GUIDE PERICOLOSE
MODULO 7: DAD	LAVORI A GRUPPI : ATTIVITA' PRATICA E TEORICA
MODULO 8: PRESENZA	<ul style="list-style-type: none">• LAVORI SULLA RESISTENZA• PROVA 1000 MT.
MODULO 9: PRESENZA	<ul style="list-style-type: none">• WALKING DINAMICO
MODULO 10: DAD	<ul style="list-style-type: none">• SPORT: LAVORO A GRUPPI / INCLUSIONE, RAZZISMO, LA DONNA E LO SPORT

11/05/201	BONVINI LUISA	