



## PROGRAMMA SVOLTO

<b>INDIRIZZO DI RIFERIMENTO</b>		<b>RIM</b>	
<b>MATERIA</b>	<b>SCIENZE MOTORIE SPORTIVE</b>	<b>CLASSE</b>	<b>3 F</b>
<b>DOCENTE</b>	<b>BONVINI LUISA</b>		

<b>MODULI/NUCLEI</b>	<b>CONTENUTI</b>
<b>MODULO 1:</b> DAD	CAPACITA' CONDIZIONALI E COORDINATIVE
<b>MODULO 2:</b> DAD	REGOLE: FAIR PLAY , NON SOLO NELLO SPORT
<b>MODULO 3:</b> DAD	ALIMENTAZIONE: MACRO E MICRONUTRIENTI
<b>MODULO 4:</b> DAD	LAVORI DI GRUPPO: INCREMENTO DELLE CAPACITA' CONDIZIONALI NEL PERIODO DAD
<b>MODULO 5:</b> DAD	LAVORI DI GRUPPO :INCREMENTO DELLE CAPACITA' COORDINATIVE IN DAD



<b>MODULO 6: DAD</b>	SICUREZZA SUL LAVORO: PRIMO SOCCORSO, CADUTE DALL'ALTO, RISCHI INFORTUNI
<b>MODULO 7: DAD</b>	ATLETICA LEGGERA: 4 SALTII (ALTO, LUNGO, ASTA, TRIPLO) 2 LANCI (PESO, GIAVELLOTTO)
<b>MODULO 8: DAD</b>	ATLETICA LEGGERA: CORSE VELOCI E DI RESISTENZA
<b>MODULO 9: PRESENZA</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● WALKING DINAMICO</li></ul>

<b>31/05/2021</b>	<b>BONVINI LUISA</b>	