

Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca RABBA BALLINI Via Tirandi, 3 - 25128 Brescia - Tel. 030 307332 - 030 393363

www.abba-ballini.gov.it - info@abba-ballini.gov.it - bstd15000l@pec.istruzione.it



ANNO SCOLASTICO 2020/2021

PROGRAMMA SVOLTO

| INDIRIZZO DI RIFERIMENTO | | RIM | | |
|--------------------------|--------------------------|-----|--------|----|
| MATERIA | SCIENZE MOTORIE SPORTIVE | | CLASSE | 4F |
| 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,VELOCITÀ',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 (CAPACITA' CONDIZIONALI) | |
| MODULO 8: PRESENZA | WALKING DINAMICO | |

| 11/05/2021 | BONVINI LUISA | |
|------------|----------------------|--|
| | | |
| | | |
| | | |