



ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE STATALE "C.E.GADDA"

Istruzione tecnica: Amministrazione, Finanza e Marketing - Grafica e Comunicazione,

Istruzione Liceale: Liceo Linguistico - Liceo Scientifico

Via Leonardo da Vinci, 18 - 20037 Paderno Dugnano (MI) - Tel. 029183246 - Fax 029101806

Email: MIIS04100T@istruzione.it - Sito web: <http://www.iisgadda.mi.it/> - PEC: MIIS04100T@pec.istruzione.it

C.F.: 83010560155 Cod. scuola: MIIS04100T - Istr. Tecnica: MITD041014 - Istr. Liceale: MIPS041018



PROGRAMMA SVOLTO anno scolastico 2020/21

Classe 5 B	Disciplina Scienze motorie Prof. ZINGONI GIANCARLO A.
------------	---

La percezione di se e il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive	
Atletica Leggera: Resistenza lavoro aerobico 10 minuti Resistenza lavoro aerobico 30 min Movimento e sviluppo della personalità	Potenziamento generale della struttura muscolare e potenziamento specifico in relazione alle varie esigenze tecniche dello sport in oggetto. Esercizi di preatletismo generale Riflessi primari, motricità riflessa, riflessi volontari, motricità volontaria.
Lo sport, le regole e il fair play	
Vista la situazione sanitaria emergenziale non sono state svolte attività sportive di gruppo. Storia delle Olimpiadi	Le Olimpiadi moderne fino al secondo conflitto mondiale
Salute, benessere, sicurezza e protezione	
Regole di comportamento in palestra	Norme di comportamento Rispetto dei materiali e utilizzo dei dispositivi di sicurezza individuali

ALUNNI

Luca

Ronchetti Luca

DOCENTE

Zingoni Giancarlo

Giancarlo Zingoni



I.I.S. "C. E. Gadda" - Via Leonardo da Vinci, 18 - 20037 Paderno Dugnano (MI) - Tel. 029183246 - Fax 029101806

Email: MIIS04100T@istruzione.it - Sito web: <http://www.iisgadda.gov.it/> - PEC: MIIS04100T@pec.istruzione.it

C.F.: 83010560155 Cod. scuola: MIIS04100T - Istr. Tecnica: MITD041014 - Istr. Liceale: MIPS041018