



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca
I.I.S. "J. TORRIANI"

ISTITUTO TECNICO - SETTORE TECNOLOGICO
LICEO SCIENTIFICO - OPZIONE SCIENZE APPLICATE

Via Seminario, n° 17/19 - 26100 CREMONA ☎ 037228380 - Fax: 0372412602
E-mail: info@iistorriani.gov.it, cris004006@pec.istruzione.it, cris004006@istruzione.it
Sito Web: www.iistorriani.gov.it

PROGRAMMA SVOLTO

DOCENTE: Pietro Frittoli **A.S:** 2017/2018

DISCIPLINA: Scienze motorie e sportive

CLASSE: V° A AUT ELT

TEMA: Avviamento motorio	CONTENUTI: finalità, tecniche ed esperienze esemplificative.
TEMA: Pratica sportiva	CONTENUTI: Atletica leggera (corsa di resistenza), Pallacanestro, Pallavolo, Calcio a cinque e Tennis tavolo.
TEMA: Test di valutazione sulle qualità di base	CONTENUTI: Quintuplo alternato, lancio da fermo, corsa veloce.
TEMA: test di verifica su fondamentali dei giochi di squadra.	CONTENUTI: Pallacanestro: terzo tempo; Pallavolo: battuta alta;
TEMA: attività correlate al Progetto Bicicletando	CONTENUTI: Visione di documenti sull'importanza dell'uso della bicicletta e attività laboratoriali di manutenzione della bici (parte della classe).
TEMA: attività correlate al Progetto Sport terra d'incontro	CONTENUTI: Esperienza sportiva in carcere.

Firma Docente _____

Data _____

Firma Delegati di classe _____