



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca
ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE "J. TORRIANI"

E-mail: cris004006@pec.istruzione.it, cris004006@istruzione.it

Sito Web: www.iistorriani.gov.it

ISTITUTO TECNICO - LICEO SCIENTIFICO

Via Seminario, n° 17/19 - 26100 CREMONA ☎ 037228380 - Fax: 0372412602

ISTITUTO PROFESSIONALE – IeFP Sezione associata "ALA PONZONE CIMINO"
Via Gerolamo da Cremona, 23 - 26100 CREMONA ☎ 037235179 - Fax: 0372457603

PROGRAMMA SVOLTO

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

DISCIPLINA: Scienze motorie e sportive

CLASSE: V° A INFO

Per ogni Tema svolto vengono indicati i relativi contenuti.

| | |
|--|--|
| 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 verifica su fondamentali dei giochi di squadra. | CONTENUTI: Pallacanestro: terzo tempo; Pallavolo: battuta alta; |
| TEMA: attività correlate al Progetto Biciclettando | 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. |
| TEMA: Esperienza e pratica di esercitazioni yoga | CONTENUTI: asana singole e sequenze. |

Firma Docente _____

Data _____

Firma Delegati di classe _____

Data _____

