



Unione Europea

FONDI
STRUTTURALI
EUROPEI



PER LA SCUOLA - COMPETENZE E AMBIENTI PER L'APPRENDIMENTO (FSE-FESR)

MAZZINIDAVINCI

Istituto Secondario Superiore Statale Savona
servizi commerciali –servizi socio sanitari – manutenzione ed assistenza tecnica



Sede, segreteria, presidenza: via Aonzo, 2 - tel. 019.824450 - fax 019.825966

Succursale: via alla Rocca, 35 - tel. 019.820584 - fax 019.820584

Succursale: via Oxilia, 26 - tel. 019.804749 - fax 019.804749

E-mail: svis00600t@istruzione.it - svis00600t@pec.istruzione.it

Web: mazzinidavinci.gov.it - C.F. 80008010094

PROGRAMMA SVOLTO

ANNO SCOLASTICO: 20__21__/_20__22

MATERIA: Scienze Motorie Sportive

INSEGNANTE: Prof.ssa Silvana Talassano

CLASSE: 4F

SETTORE: settore commerciale

INDIRIZZO: pubblico grafico

NUMERO ORE DI LEZIONE SVOLTE: _58_

**SUL NUMERO CONVENZIONALE DI ORE PREVISTE: _66_ (33
settimane x 2_ h settimanali)**

(da far firmare per presa visione ai rappresentanti degli allievi)

**MODULO __Percezione di se' e completamento dello sviluppo
funzionale delle capacita' motorie .**

Titolo: Test di batteria per l'apparato cardio-respiratorio.

CONTENUTI (descrizione degli argomenti sviluppati):

- Organizzazione di una serie di esercizi adatta a potenziare e migliorare le capacita' condizionali.
- Le diverse tipologie di allenamento in vari sport
- Il defaticamento.

MODULO __Lo sport ,le regole ed il fair play

Titolo: La Pallavolo

CONTENUTI (descrizione degli argomenti sviluppati):

- La Pallavolo (teoria e pratica)
- Cenni sull'arbitraggio
- Il regolamento.

MODULO _Il Pattinaggio_**Titolo:Pattinando****CONTENUTI (descrizione degli argomenti sviluppati):**

- Descrizione dello sport del pattinaggio
- vari tipi di pattini e il regolamento di tale sport nelle competizioni internazionali

MODULO __Il Canotaggio**Titolo:In mare****CONTENUTI (descrizione degli argomenti sviluppati):**

- Descrizione dello sport del canotaggio
- Abbigliamento più consono per praticare tale sport
- Regolamento del canotaggio

MODULO _L'Arrampicata sportiva_**Titolo:Arrampicandosi****CONTENUTI (descrizione degli argomenti sviluppati):**

- Descrizione dello sport dell'arrampicata sportiva
- abbigliamento e calzature adatte per scalare
- Rischi legati a questo sport

--

Savona, __16 maggio 2022_____	Allievi _____ _____
----------------------------------	---------------------------

Il docente _____ Prof.ssa Silvana Talassano_____	Per presa visione: Il Dirigente Scolastico _____
---	--