



## **PROGRAMMA EFFETTIVAMENTE SVOLTO**

**Anno Scolastico 2023 / 2024**

**Classe/Sede: 5^B1**

**Docente: CORNALE STEFANIA**

**Materia insegnata: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

**Testi adottati: NESSUNO. MATERIALI IN PIATTAFORMA E-LEARNING**

### **CONTENUTI DISCIPLINARI**

1. MODULO SULLA CORSA DI RESISTENZA
2. ESERCIZI DI MIGLIORAMENTO DELLE CAPACITA' MOTORIE
3. MODULO SUI GIOCHI SPORTIVI DI SQUADRA: LA PALLAVOLO, LA PALLAMANO E LA PALLACANESTRO
4. LO YOGA A SCUOLA
5. MODULO SULLO SPORT INDIVIDUALE: IL TENNIS E IL BADMINTON
6. MODULO SULL'ATLETICA LEGGERA: CORSA VELOCE 100 METRI
7. MODULI TEORICI: IL DOPING (MODULO ANCHE DI EDUCAZIONE CIVICA); "SPORT E REGIME"

Valdagno, 30 MAGGIO 2024

*Firma degli studenti  
rappresentanti di classe*

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

*PROF.SSA CORNALE STEFANIA*

\_\_\_\_\_