



ISTITUTO PROFESSIONALE DI STATO PER L'INDUSTRIA E L'ARTIGIANATO
Via Grande, 2 – SIDERNO (RC) – Locri(Sede coordinata)
Tel. 0964-388473 - Fax 0964/388555

ANNO SCOLASTICO 2015/2016

classe 1A

PROGRAMMA DI EDUCAZIONE FISICA

ESERCIZI DI FORMAZIONE E SVILUPPO GENERALE

- ESERCIZI DI POTENZIAMENTO MUSCOLARE
- ESERCIZI A VALUTARE LE FUNZIONALITA' DEI VARI APPARATI
- ESERCIZI DI MOBILIZZAZIONE GENERALE

ESERCIZI DI APPLICAZIONE

- GIOCHI GINNASTICI E PRESPORTIVI
- ESERCIZI DI SOCIALIZZAZIONE

GIOCHI SPORTIVI

- PALLAVOLO (FONDAMENTALI INDIVIDUALI E DI SQUADRA) PROVE DI PARTITA NEL TERZO TRIMESTRE ALLA CONSEGNA DELLA PALESTRA.
- CALCIO (GENERALITA') PARTECIPAZIONE AL PROGETTO "VALORI IN RETE"
- ATLETICA LEGGERA ALCUNE PROVE DI SALTI, LANCI, CORSA.

ELEMENTI DI ANATOMIA UMANA GENERALITA'

APPARATO LOCOMOTORE

- “ RESPIRATORIO
- “ CIRCOLATORIO

GLI ALUNNI

L'INSEGNANTE

Prof. Vincenzo Simone