



**ISTITUTO PROFESSIONALE DI STATO PER L'INDUSTRIA E L'ARTIGIANATO**  
**Via Mazzini,2 - Siderno**

ANNO SCOLASTICO 2019/2020

classe 4 IPID

programma di educazione fisica fino al 15 marzo

esercizi di formazione e sviluppo generale

- esercizi di potenziamento muscolare
- esercizi e giochi per l'affinamento dello schema corporeo e motorio
- esercizi di mobilizzazione generale

Esercizi di applicazione

- giochi ginnastici e presportiva

giochi sportivi

- pallavolo (fondamentali individuali e di squadra) prove di partita
- calcio a5 e 11
- nozioni e prove di pallacanestro

elementi di anatomia umana

apparato locomotore

programma di educazione fisica didattica a distanza

Atletica leggera :generalità

generalità apparato circolatorio

“ “ respiratorio

Primo soccorso

L'INSEGNANTE  
Prof. Vincenzo Simone