

 LICEO STATALE SCIENTIFICO E CLASSICO "E. MAJORANA" DESIO (MB)	PROGRAMMA SVOLTO	MD 01 05 R2 (2025-04-22)
		Pagina 1 di 1

A.S.	Classe	Disciplina	Docente
2025/2026	5E	Scienze motorie	Prof.ssa Stefania Basilico

Libri di testo

- Del Nista, Tasselli– Tempo di Sport Ed.Verde (G. D’Anna)

Programma svolto

1. GIOCHI POPOLARI E PRE-SPORTIVI.
2. CAPACITA’ COORDINATIVE : attività con funicelle.
3. PALLAMANO: esecuzione tecnica dei fondamentali. Regolamento e arbitraggio.
4. LEZIONI DI TIROCINIO: attività programmate e proposte dagli studenti alla classe:
 - VORTEX;
 - DANZA HIP-HOP ;
 - UNIHOCKEY;
 - ACROSPORT;
 - POTENZIAMENTO MUSCOLARE A CORPO LIBERO;
 - SCHERMA;
 - PILATES;
 - ATLETICA (STAFFETTA E LANCIO DEL GIAVELLOTTO);
 - CALCIO;;
 - SMOLBALL;
 - PALLAVOLO.
5. APPROFONDIMENTI TEORICI: terminologia appropriata; teoria e regole degli sport e dei giochi pre-sportivi affrontati; approfondimento sugli sport e attività presentati nel tirocinio.

Desio, 15 maggio 2026

Firmato dagli studenti rappresentanti di classe con firma elettronica avanzata

Il docente
STEFANIA BASILICO
Firmato con firma elettronica avanzata