

	 <p>MINISTERO DELL'ISTRUZIONE E DEL MERITO</p> <p>ISTITUTO DI ISTRUZIONE SECONDARIA "DANIELE CRESPI"</p> <p><i>Liceo Internazionale Classico e Linguistico VAPC02701R</i> <i>Liceo delle Scienze Umane VAPM027011</i> Via G. Carducci 4 – 21052 BUSTO ARSIZIO (VA) Tel. 0331 633256 - Fax 0331 674770 www.liceocrespi.edu.it E-mail: comunicazioni@liceocrespi.it C.F. 81009350125 – Cod.Min. VAIS02700D</p>	
		
 <p>UNIONE EUROPEA FONDI STRUTTURALI EUROPEI pon 2014-2020 MIUR</p> <p>Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca Dipartimento per la Programmazione Direzione Generale per interventi in materia di edilizia scolastica, per la gestione dei fondi strutturali per l'istruzione e per l'innovazione digitale Ufficio IV</p> <p>PER LA SCUOLA - COMPETENZE E AMBIENTI PER L'APPRENDIMENTO (FSE-FESR)</p>		

SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE - CLASSE 3DSU

PROGRAMMA SVOLTO ANNO SCOLASTICO 2023/24

PROF. Monica Cirasella

CONTENUTI DEL PIANO ANNUALE

- Tests sulla resistenza e attività per lo sviluppo di questa capacità
- Misurazioni antropometriche
- Somministrazione questionari riguardanti le abitudini motorie
- Utilizzo piattaforma classcraft
- Utilizzo app Samsung Health per monitorare il livello di attività motoria
- Test forza e destrezza
- Forza: Tipologie di forza e di contrazione, principi dell'allenamento e nutrizione
- Attività di coordinazione in gruppo - pallamano

Busto A. 05/06/2024

PROF. Monica Cirasella

I RAPPRESENTANTI DI CLASSE
