



PROGRAMMAZIONE DIDATTICA

Anno scolastico 2022-2023

Educazione Fisica

V GINNASIO

Lorenzo Manunta

Ripartizione del programma in trimestre e Pentamestre

Programma per il TRIMESTRE:

- La velocità: i 30 metri
- Pallacanestro: ripresa dei fondamentali e il terzo tempo
- Ultimate: fondamentali
- Rugby: touch rugby, i fondamentali
- Pallamano: i fondamentali

Teoria: Le capacità motorie (ripasso), la velocità, la capacità di reazione, staffetta olimpica,

Programma per il PENTAMESTRE:

- Pallamano: Ripresa fondamentali e partite
- Calcio: ripresa fondamentali
- Coordinazione
- Pallavolo: ripresa dei fondamentali
- Corsa veloce: la staffetta olimpica

Teoria: il doping e le sostanze proibite nello sport, le dipendenze, promozione della sicurezza nella scuola, il Fair Play

PROGRAMMA ED. CIVICA: 4 ORE

- Le dipendenze: il fumo, l'alcool, le droghe

Milano, 8 Giugno 2023

Il docente
Prof. Lorenzo Manunta