



MINISTERO dell'ISTRUZIONE e del MERITO
Istituto Statale di Istruzione Superiore
ISAAC NEWTON
VARESE



PROGRAMMA DIDATTICO
SVOLTO A.S. 2023/2024

DISCIPLINA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

CLASSE 4Amec

DOCENTE PILORI FABIO

CODOCENTE

Numero ORE

SVOLTE TEORICHE	SVOLTE PRATICHE	TOTALI	PREVISTE TEORICHE	PREVISTE PRATICHE
5	56	61	4	62

CONTENUTI

- Atletica leggera presso il campo "G.Bellorini" Varese
- Esercizi di potenziamento muscolare specifico
- Metodi di riscaldamento e di prevenzione degli infortuni sportivi
- esercizi propedeutici delle discipline dell'atletica leggera
- attività didattica e di competizione nelle diverse discipline di corsa, salto e lancio

EDUCAZIONE CIVICA

- regolamenti sportivi: regolamento FIDAL delle discipline dell'atletica leggera

ATTIVITA' DI RECUPERO PROPOSTE

In itinere

Via Zucchi, 3/5 - 21100 VARESE
Tel. +39 0332 312065 +39 0332 311596 Fax +39 0332 313119
Codice Fiscale 80010300129

Internet: www.isisvarese.edu.it - E-mail: isisvarese@isisvarese.it – PEC: vais01700v@pec.istruzione.it



MINISTERO dell'ISTRUZIONE e del MERITO
Istituto Statale di Istruzione Superiore
ISAAC NEWTON
VARESE



Varese, li 8/06/2024

Il codocente

Il docente Fabio Piori

Firme autografe sostituite a mezzo
stampa ai sensi e per gli effetti
dell'art. 3, comma 2, D. Lgs. n. 39/1993

Via Zucchi, 3/5 - 21100 VARESE

Tel. +39 0332 312065 +39 0332 311596 Fax +39 0332 313119

Codice Fiscale 80010300129

Internet: www.isisvarese.edu.it - E-mail: isisvarese@isisvarese.it – PEC: vais01700v@pec.istruzione.it