



LICEO STATALE "NICCOLÒ MACHIAVELLI"

www.liceomachiavelli-firenze.gov.it

Liceo Classico, Liceo Internazionale Linguistico,

Liceo Internazionale Scientifico

Liceo delle Scienze Umane, Liceo Economico-Sociale

Uffici Amministrativi: Via Santo Spirito, 39 – 50125 Firenze

tel. 055-2396302 - fax 055-219178

e-mail: liceomachiavelli.firenze@gmail.com - PEC:

fiis00100r@pec.istruzione.it



A.S. 2019/20

PROGRAMMA SVOLTO DI ED. FISICA

Classe 5^A Sez M Internazionale

DOCENTE: DONATELLA FALUGIANI

Attività ed esercizi a carico naturale

attività ed esercizi di opposizione e resistenza

attività ed esercizi eseguiti in varietà di ampiezza, di ritmo, in situazioni variate.

Staffette.

Giochi di squadra:

Palla tamburello:

Introduzione teorica del gioco.

Fondamentali individuali e di coppia.

Partite di Palla tamburello

Baseball:

Fondamentali di attacco e difesa.

Partite di baseball: vari innings

Calcio:

Passaggi a coppie da fermi ed in movimento.

Partite di calcetto

Visione del film "Invictus"

Autodifesa:

La classe ha partecipato al progetto "Difendi te stessa/o " tenuto dalla società "360° Defence " della durata di quattro lezioni presso la palestra del Liceo .

La classe ha partecipato al progetto "Donare il sangue: la scelta giusta" presso i locali dell'Istituto

Didattica a Distanza

Approfondimenti teorici su: Storia e Sociologia dello Sport, Storia dello sport, Lo sport nel mondo antico,

Le Olimpiadi, Alimentazione e Sport

Gli alunni

La docente
Donatella Falugiani

Firenze, 1/06/2020



LICEO STATALE “NICCOLÒ MACHIAVELLI”

www.liceomachiavelli-firenze.gov.it

Liceo Classico, Liceo Internazionale Linguistico,

Liceo Internazionale Scientifico

Liceo delle Scienze Umane, Liceo Economico-Sociale

Uffici Amministrativi: Via Santo Spirito, 39 – 50125 Firenze

tel. 055-2396302 - fax 055-219178

e-mail: liceomachiavelli.firenze@gmail.com - PEC:

fiis00100r@pec.istruzione.it

