

**LICEO STATALE "NICCOLÒ MACHIAVELLI"**

[www.liceomachiavelli-fiorenze.edu.it](http://www.liceomachiavelli-fiorenze.edu.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: [fiis00100r@istruzione.it](mailto:fiis00100r@istruzione.it) - PEC: [fiis00100r@pec.istruzione.it](mailto:fiis00100r@pec.istruzione.it)



**A.S. 2022/23**

**PROGRAMMA SVOLTO DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE  
CLASSE 5^ E INT. SCIENTIFICO**

**DOCENTE: DONATELLA FALUGIANI**

**Attività teorica**

- Teoria dell'allenamento sportivo
- Incontro sulla donazione del sangue tenuto dalla dott.ssa Antonella Bertelli consulente sanitario Frates Toscana
- Incontro sul servizio civile con la Dott.ssa Consigli

**Attività pratica**

- 400 mt corsa, andature atletiche, esercizi di stretching a carattere generale, , saltelli con la corda lunga.
- Giochi sportivi di squadra: pallavolo, softball, calcio a cinque, badminton, ultimate frisbee, rugby.
- Giochi sportivi di squadra e staffette
- Torneo di pallavolo

**Modulo Ed.Civica**

- Visita guidata all'isola carcere della Gorgona: incontro con due detenuti, con educatrici e con il direttore del carcere.
- Il contratto di lavoro sportivo: caratteristiche e peculiarità

Docente  
Donatella Falugiani

Firenze, 07/06/2023