



Ministero dell'Istruzione

Istituto Omnicomprensivo Valboite

Via dei Campi 2 - 32043 Cortina d'Ampezzo - Tel. 0436.2638 - BLIS003003 - C.F. 81002530251 - C.U. UF93Y5
blis003003@istruzione.it www.polovalboite.edu.it blis003003@pec.istruzione.it



A.S. 2022-2023

PROGRAMMA FINALE DEL DOCENTE

DOCENTE Sersen De Pol	DISCIPLINA Scienze Motorie e Sportive
ISTITUTO Liceo Scienze Applicate	CLASSE III^A
MODULO: pallavolo	
Contenuti: <ul style="list-style-type: none">regolamento, fondamentali individuali e di squadra, gioco	
MODULO: attività di resistenza aerobica	
Contenuti: <ul style="list-style-type: none">test di cooper 12'	
MODULO: ju jitsu	
Contenuti: <ul style="list-style-type: none">dimostrazione	
MODULO: basket	
Contenuti: <ul style="list-style-type: none">regolamento, fondamentali individuali e di squadra, gioco	
MODULO: arrampicata sportiva	
Contenuti: <ul style="list-style-type: none">fondamenti dell'arrampicata sportiva	
MODULO: frisbee	
Contenuti: <ul style="list-style-type: none">regolamento, fondamentali individuali e di squadra, ultimate	
MODULO: floorball	
Contenuti: <ul style="list-style-type: none">regolamento, fondamentali individuali e di squadra, gioco	
MODULO: calcio a 5	
Contenuti: <ul style="list-style-type: none">regolamento, fondamentali individuali, gioco	
MODULO: atletica	
Contenuti: <ul style="list-style-type: none">staffette con e senza testimone	

Cortina d'Ampezzo, 15 maggio 2022