



# F E L L I N I

ISTITUTO PER IL CINEMA E LO SPETTACOLO  
— SCUOLA PARITARIA —

ISTITUTO FELLINI – Materia: <b>SCIENZE MOTORIE</b>		docente: MUSTO MARCO		classe: II	
	<b>ARGOMENTO</b>	<b>PROGRAMMAZIONE</b>	<b>STATO</b>	<b>ESITO</b>	
1	Esecuzione motorie varie con e senza attrezzi	annuale			
2	Sviluppo capacità coordinative e condizionali	annuale			
3	Esercizi di controllo posturale delle varie stazioni	annuale			
4	Esercizi di stretching, mobilità articolare	annuale			
5	Cenni di anatomia funzionale	Ottobre/novembre			
6	Metodiche di allenamento	Dicembre/gennaio			
7	Conoscenza delle regole dei principali sport	Febbraio/marzo			
8	Alimentazione e prestazione sportiva	Aprile/maggio			