LICEO LINGUISTICO BOLDRINI

Classe: 4A-4B **Materia: Scienze motorie e sportive**

Docenti: Parini Giovanni **Anno Scolastico: 2026/2027**

Testi: /

1) **Autonomia e programmazione**: creazione di un circuito di potenziamento muscolare personale da parte degli studenti.
2) **Sport e ruoli**: gestione dell'arbitraggio e dell'organizzazione delle partite da parte degli studenti stessi (autoarbitraggio e referto).
3) **Teoria e salute**: alimentazione avanzata, fabbisogno energetico e composizione corporea.
4) **Attività espressiva/ritmica**: percorsi di coordinazione musicale, giocoleria o acrosport (piramidi umane in sicurezza).
5) **Teoria e società**: la storia dei giochi olimpici moderni e lo sport come strumento di integrazione