



Unione Europea

**FONDI STRUTTURALI EUROPEI** **pon** 2014-2020

PER LA SCUOLA - COMPETENZE E AMBIENTI PER L'APPRENDIMENTO (FSE-FESR)



MIUR

Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca  
Dipartimento per la programmazione e la Gestione delle  
Risorse Umane, Finanziarie e Strumentali  
Direzione Generale per interventi in materia di Edilizia  
Scolastica per la gestione dei Fondi Strutturali per  
l'Istruzione e per l'Innovazione Digitale  
Ufficio IV



*Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca*

**Istituto Statale di Istruzione Secondaria Superiore "SERAFINO RIVA"**

Via Cortivo 30 – 24067 Sarnico (BG) - Tel. 035 914290 – fax 035 911236

Posta certificata: [BGIS02300N@pec.istruzione.it](mailto:BGIS02300N@pec.istruzione.it) - Email: [info@istitutoriva.it](mailto:info@istitutoriva.it)

Sito web: [www.istitutoriva.gov.it](http://www.istitutoriva.gov.it) Codice Mecc. BGIS02300N C.F. 95139110167



## PROGRAMMI PER ESAMI INTEGRATIVI

MATERIA	INDIRIZZO	ANNUALITA'
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE	TUTTI I PERCORSI	CLASSE TERZA
<p>ATLETICA LEGGERA (corse, salti e lanci)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere le diverse tipologie di corse</li> <li>• Conoscere i regolamenti delle corse di mezzofondo</li> <li>• Conoscere una tecnica della staffetta e del passaggio degli ostacoli</li> <li>• Conoscere i regolamenti delle corse</li> <li>• Conoscere le specialità dei salti e/o lanci e le loro fasi e le regole</li> <li>• Conoscere le regole principali delle diverse specialità</li> </ul> <p>SPORT DI SQUADRA ( n. 3 sport tradizionali e uno non tradizionale)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere e perfezionare i fondamentali individuali</li> <li>• Conoscere i fondamentali di squadra in forma analitica</li> <li>• Conoscere le regole fondamentali di gioco</li> </ul> <p>CAPACITA' MOTORIE CONDIZIONALI E COORDINATIVE</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere le capacità motorie condizionali e coordinative utilizzate delle diverse attività</li> </ul> <p>ARGOMENTI TEORICI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere la terminologia specifica della disciplina</li> <li>• Conoscere i meccanismi energetici</li> <li>• Conoscere gli organi degli apparati respiratorio e cardiocircolatorio</li> </ul>		