



Via della Colonna 9/11
50121 Firenze - Tel: 0552478151
Sito Web: www.liceomichelangiolo.it
E-mail: fipc04000n@istruzione.it
Pec: fipc04000n@pec.istruzione.it

PROGRAMMA DI IRC

DOCENTE: FLORA FILANNINO

CLASSE 3D MATERIA IRC A.S. 2022/23

PROGRAMMA SVOLTO

Rosh Hashanah. Anno ebraico. Shofar.

Ordine sacro. Sacramento. Ministero ordinato solo per i battezzati di sesso maschile. Riferimenti al magistero della Chiesa. CJC. Differenza con l'ordinazione ministeriale delle chiese della Riforma. Rom 16 (Febe e Giunia).

Dibattito con le studentesse sull'interruzione volontaria di gravidanza
Discussione sull'eutanasia a partire dal caso di Shanti Da Corte
Visione antropologica cristiana. Slides.

Una volta nella vita (Film).
Dibattito sulla libertà di mostrare in pubblico simboli religiosi.

Lettura dell'immagine di Everett Patterson sul Natale, ricerca dei riferimenti biblici. Vangeli, formazione e differenze tra gli evangelisti. Genere letterario. Anni di composizione. Vangeli dell'infanzia. Lettura della pericope Matteana sulla nascita.

Gesù di Nazareth.
Risposta alle domande degli studenti: omosessualità.
Il concetto di Dio
Scienza e fede, libertà dell'uomo e onnipotenza di Dio.

I due papi, film su Papa Benedetto XVI e Papa Francesco e successione. Conclave.

Bianca come il latte, rossa come il sangue. Film dal romanzo di Alessandro D'Avenia.

FIRMA DOCENTE

FIRMA DEI RAPPRESENTANTI DI CLASSE

LICEO CLASSICO "MICHELANGIOLO"
FIRENZE

Classe 3D
a.s. 2022-23

LATINO

Prof.ssa Mariangela Caprara

1) Introduzione allo studio della letteratura latina:

- periodizzazione;
- la radice ellenistica della letteratura romana e l'alessandrinismo.

2) La letteratura delle origini:

- il teatro e la testimonianza di Livio (*Ab urbe condita* 7.2);
- autori e generi del teatro arcaico romano con letture da Plauto.

3) La letteratura di età repubblicana:

- il *mos maiorum* e l'impatto dell'ellenismo, il 'circolo' degli Scipioni e Catone il Censore;
- Quinto Ennio e la nascita della poesia esametrica;
- i *Commentarii* di Cesare con lettura, traduzione e analisi di passi scelti;
- i *Carmina* di Catullo con lettura, traduzione e analisi I, III, IV, V, VIII, LI (confronto con Saffo), LXXXIII, LXXXV;
- Cicerone oratore con lettura e analisi di passi dalle *Orazioni* e dai trattati di retorica.

Firenze, 9 giugno 2023

PROGRAMMA DI FISICA

DOCENTE: Nicola Giarrizzo

CLASSE **III D** **MATERIA FISICA** **A.S.2022/23**

PROGRAMMA SVOLTO

Grandezze fisiche e misure

Definizioni operative. Grandezze fondamentali e derivate. Sistema Interazionale. Tempo. Lunghezza. Massa.

Grandezze scalari e vettoriali.

Somma e differenza di vettori. Prodotto di un vettore per uno scalare. Funzioni goniometriche e scomposizione di vettori.

Le forze.

Forza peso. Forza elastica. Forza di attrito.

Equilibrio.

Equilibrio di un punto materiale. Equilibrio di un corpo rigido e suo centro di massa. Stabilità. Leve.

Il moto di un punto materiale.

Sistemi di riferimento, Spostamento. Velocità scalare media ed istantanea. Moto rettilineo uniforme e sua legge oraria. Accelerazione media ed istantanea. Moto rettilineo uniformemente accelerato e sua legge oraria. Caduta libera. Moto di un punto materiale nel piano. Composizione di moti. Moto di un proiettile. Moto circolare uniforme. Moto armonico.

Le leggi della dinamica.

La dinamica newtoniana. Prima legge della dinamica. Sistemi di riferimento inerziali e non. Seconda legge della dinamica. Terza legge della dinamica. Caduta libera. Moto lungo un piano inclinato. Moto in presenza di attrito. Moto armonico.



Via della Colonna 9 /11
50121 Firenze - Tel: 0552478151

Sito Web: www.liceomichelangiolo.it
E-mail: fipc04000n@istruzione.it
Pec: fipc04000n@pec.istruzione.it

Lavoro

Lavoro di una forza costante. Lavoro di una forza che forma un angolo con lo spostamento. Lavoro della forza peso. Energia cinetica. Teorema dell'energia cinetica. Lavoro di una forza variabile. Potenza.

FIRMA DOCENTE

Nicola Giarrizzo

FIRMA DEI RAPPRESENTANTI DI CLASSE

PROGRAMMA DI MATEMATICA

DOCENTE: Nicola Giarrizzo

CLASSE III D MATERIA MATEMATICA A.S.2022/23

PROGRAMMA SVOLTO

Equazioni di secondo grado e la parabola

Le equazioni di secondo grado e la loro risoluzione. La funzione quadratica e la parabola. Relazione tra radici e coefficienti, La regola di Cartesio. La scomposizione di un trinomio di secondo grado. Le equazioni di secondo grado ed i problemi. Equazioni parametriche. Equazioni di grado superiore al secondo.

Sistemi di secondo grado e superiore

I sistemi di secondo grado in due incognite. I sistemi simmetrici.

Disequazioni di secondo grado e superiore

Disequazioni di secondo grado. Disequazioni di grado superiore al secondo. (risolvibili per scomposizione, binomie, biquadratiche, trinomie). Equazioni e disequazioni con i valori assoluti. Equazioni irrazionali. Disequazioni irrazionali.

Funzioni

Cosa sono le funzioni. Funzioni numeriche. Classificazione delle funzioni. Funzioni definite a tratti. Dominio naturale di una funzione. Zeri e segni di una funzione. Funzioni iniettive, suriettive e biunivoche. Funzione inversa. Funzioni crescenti, decrescenti, monotone. Funzioni pari, funzioni dispari. Funzioni composte. Trasformazioni geometriche e grafici.



Via della Colonna 9 /11
50121 Firenze - Tel: 0552478151

Sito Web: www.liceomichelangiolo.it
E-mail: fipc04000n@istruzione.it
Pec: fipc04000n@pec.istruzione.it

Circonferenza

Equazione della circonferenza. Dall'equazione al grafico. Circonferenze e funzioni. Posizione di una retta rispetto ad una circonferenza. Rette tangenti ad una circonferenza

Ellisse

Ellisse come luogo geometrico. Equazione dell'ellisse con i fuochi sull'asse x. Equazione dell'ellisse con i fuochi sull'asse y. Vertici ed assi. Coordinate dei fuochi. Rappresentazione di un'ellisse. Eccentricità. Ellissi e funzioni. Ellissi e rette, Tangenti ad un'ellisse.

FIRMA DOCENTE

Nicola Giarrizzo

FIRMA DEI RAPPRESENTANTI DI CLASSE



Via della Colonna 9 /11
50121 Firenze - Tel: 0552478151
Sito Web: www.liceomichelangiolo.it
E-mail: fipc04000n@istruzione.it
Pec: fipc04000n@pec.istruzione.it
CM: fipc04000n

PROGRAMMA DI INGLESE

CLASSE : 3D

A.S. 2022/23

DOCENTE: BENEDETTA ZANOBETTI

PROGRAMMA SVOLTO

Libro di testo: Performer Heritage 1, From The Origins to the Romantic Age, Spiazzi - Tavella Ed. Zanichelli

Libro di grammatica: Identity B2, Carla Leonard, Ed. Oxford University Press

Programma di Letteratura

Gli studenti hanno lavorato in gruppo e presentato di volta in volta alla classe i seguenti argomenti

From the Origins to the Middle Ages:

- From Pre-Celtic to Roman Britain
- Anglo-Saxons and Vikings
- The Roman Conquest and the *Domesday Book*
- Henry the Plantagenet
- The Norman Conquest and the *Magna Charta*
- The War of the Roses
- The Tudor Dynasty

- The development of poetry
- The epic poem: *Beowulf*
- The monster
- The medieval ballads
- The medieval narrative poem: *The Canterbury Tales* by G. Chaucer

Successivamente, sono stati letti e analizzati in classe i seguenti testi:

- *The hero comes to Heorot, Beowulf and Grendel: the fight*
- *The Prioress, The Merchant, The Wife of Bath, The Knight*

The Renaissance and the Puritan Age

- The Early Tudors
- Henry VIII
- Elizabeth I
- The Early Stuarts

- The sonnet
- The development of drama
- Christopher Marlowe, Dr. Faustus
- William Shakespeare
- Sonnets and dramas

Successivamente, sono stati letti e analizzati i seguenti testi:

- *Faustus' last monologue*
- *Shall I Compare Thee to a Summer Day, My mistress' eyes, Like as the waves*
- *From the Merchant of Venice: The bond, I am a Jew, The Quality of Mercy*
- *From Hamlet: Hamlet meets the ghost*

Durante la lettura dei testi de Il Mercante di Venezia, si sono svolte alcune ore di Educazione Civica sul tema della 'differenza': gli studenti hanno presentati alla classe dei lavori in cui avevano analizzato le differenze sociali, economiche, di genere... nella società attuale.

Programma di grammatica

Gli studenti, a gruppo, hanno presentato alla classe i contenuti nelle unità dalla 2 alla 5. Metodologia usata dall'insegnante: Flipped Classroom.
Al termine di ogni unità sono stati svolti dei test.

Unit 1:

Present Perfect Simple vs Continuous

For vs since

Negative prefixes

Reading comprehension and listening activities

Competences: talking about similarity

Unit 2:

-ed and -ing adjectives

Past simple vs past perfect

Past perfect simple vs continuous

Phrasal verbs

Reading comprehension and listening activities

Unit 3:

Work vs job

Future forms

Future continuous

Reading comprehension and listening activities

Unit 4:

Cooking verbs, food and drink

Modal verbs, modal perfects

Reading comprehension and listening activities

Unit 5:

Adjectives suffixes

Materials

Conditionals (all forms)

Articles

Talking about causes and results

Reading comprehension and listening activities

Firenze, li 09/06/2023

Il Professore

Benedetta Zanobetti

Benedetta Zanobetti

Firma dei rappresentanti di classe

Giulia Vignolini

Anna Vignolini

LICEO CLASSICO “MICHELANGIOLO”
FIRENZE

Classe 3D
a.s. 2022-23

GRECO

Prof.ssa Mariangela Caprara

1) Introduzione allo studio della letteratura greca:

- periodizzazione;
- aspetti della letteratura greca arcaica (dimensione aurale e rituale della fruizione letteraria, simposio e caratteri della società virile);
- poesia esametrica e poesia lirica;
- la filologia e la storia della tradizione dei testi antichi.

2) Il mito e l'epica:

- Jean Pierre Vernant e l'universo dei miti greci;
- la questione omerica e la storia (Parry e Lord);
- aspetti valoriali dell'epica greca;
- “il poeta è una cosa leggera, alata e sacra” (Platone, *Ione* 533) e Il filo teso da Omero a Platone (Socrate il nuovo Achille, la poesia come ispirazione divina superata dalla filosofia);
- lettura e analisi di passi da *Iliade* e *Odissea* con studio della lingua omerica e dell'esametro;
- letture da Esiodo.

3) La nascita della storiografia:

- Erodoto e la sua opera;
- letture dalle *Storie* con particolare attenzione alle Guerre persiane come mito fondativo della nazione ellenica;
- la lingua di Erodoto.

Firenze, 9 giugno 2023



via della Colonna 9 / 11 50121 –
Firenze Tel: 0552478151 – Fax:
0552480441 Sito Web:
www.liceomichelangiolo.it

E-mail: info@liceomichelangiolo.it

[C.M. FIPC04000N](https://www.cmi.it)

PROGRAMMA DI Italiano

DOCENTE: Chiara Prati

CLASSE 3D

MATERIA italiano A.S. 2022/23

PROGRAMMA SVOLTO

Il passaggio dal latino al volgare

La Francia

Chanson de Roland, “La fine del conte Orlando”

C. de Troyes, “La prova del Ponte della Spada”

B.de Ventadorn, “Can vei la lauzeta mover”

La poesia religiosa del Duecento

Francesco di Assisi, “Cantico delle creature”

La scuola siciliana

S. Pronotaro, “Pir meu cori alligrari”

G. da Lentini, “Meravigliosamente”

La poesia comico-realista

C. Angiolieri, “S’i fosse foco, ardere’ il mondo”, “Tre cose solamente mi so’ in grado”

Il Dolce Stil novo

G. Guinizzelli, “Al cor gentil rempaira sempre amore”, “Io vogl’ del ver la mia donna laudare”, “Lo vostro bel saluto e ‘l gentil sguardo”

G. Cavalcanti, “Chi è questa che vèn, ch’ ogn’ om la mira”, “Tu m’hai sì piena di dolor la mente”,
“Perch’i’no spero di tornar giammai”

DANTE ALIGHIERI

Vita Nova

Capp. III, XIX, XXI, XXVI

Rime

“Guido, i’ vorrei che tu e Lapo ed io”

Convivio

“Una scienza per tutti...”, “Bellezza e utilità del volgare”

De vulgari eloquentia

“Una lingua senza capitale”

De Monarchia

“Il Papa e l’Imperatore”

Divina Commedia

Inferno, canti I, III, V, VI, X, XIII, XV, XXVI, XXXIII , XXXIV

FRANCESCO PETRARCA

Canzoniere

“Voi ch’ascoltate in rime sparse il suono”

“Era il giorno ch’al sol si scoloraro”

“Solo et pensoso i più deserti campi”

“Benedetto sia ‘l giorno, e ‘l mese et l’anno”

“Padre del ciel, dopo i perduti giorni”

“Erano i capei d’oro a l’aura sparsi”

“Chiare, fresche et dolci acque”

“Italia mia, benché parlar sia indarno”

“I’vo pensando, et nel penser m’assale”

“La vita fugge et non s’arresta una hora”

“I’ vo piangendo i miei passati tempi”

Secretum

“Una funesta malattia dell’anima”, “L’amore per Laura e per la gloria”

Le epistole familiari

“L’ascensione al monte Ventoso”

GIOVANNI BOCCACCIO

Decameron

“Proemio”

“La peste”

“Via dalla peste”

“Ser Ciappelletto da Prato”

“Andreuccio da Perugia”

“Lisabetta da Messina”

“Federigo degli Alberghi”

“Frate Cipolla”

“Calandrino e l’elitropia”

“Chichibio e la gru”

I CAVALIERI, TRA FIRENZE E FERRARA

LUIGI PULCI

Morgante

“Morgante e Margutte”

MATTEO MARIA BOIARDO

Orlando innamorato

“Il proemio”, “Angelica e Orlando”

LUDOVICO ARIOSTO

Le Satire

Satira I: “Meglio a Ferrara che in Ungheria”

l’Orlando furioso

“Il Proemio”

“Angelica scatena il racconto”

“L’amoroso assalto di Sacripante”

“Olimpia e l’archibugio di Cimosco”

“Nel palazzo di Atlante”

“Cloridano e Medoro”

“Angelica innamorata”

“La follia di Orlando”

“Astolfo sulla luna”

TORQUATO TASSO

La Gerusalemme liberata

“Il proemio”

“La presentazione di Tancredi”

“La presentazione di Rinaldo”

“Erminia: amore e guerra”,

”Notturmo e pastorale di Erminia”

”Morte e trasfigurazione di Clorinda”

“Il duello di Tancredi e Argante”

ED.CIVICA: lo sfruttamento del lavoro nelle campagne del Meridione (4 ore)

FIRMA DOCENTE

Chiara Prati

Pentamestre

Unità 3. Platone

- La vita e gli scritti; il rapporto con Socrate e con i sofisti
- Il rapporto con la politica (la *Lettera VII*) e con la scrittura (“il mito di Teuth” dal *Fedro*)
- La teoria delle idee: scienza e opinione, mondo sensibile e intellegibile; la definizione delle idee platoniche, il rapporto con le cose e la loro suddivisione gerarchica (idee matematiche e valori);
- La teoria della conoscenza: “il mito della caverna” come chiave di lettura generale del pensiero platonico; la conoscenza come reminiscenza nel *Menone* (il dialogo tra Socrate e lo schiavo); il rapporto tra *doxa* ed *episteme*;
- La teoria dell’anima: l’immortalità dell’anima e il mito di Er; la tripartizione dell’anima e “il mito della biga alata”
- La teoria dell’amore e della bellezza: il *Simposio* e le varie interpretazioni sulla figura di Eros (con particolare riferimento al “mito degli androgini” raccontato da Aristofane e al disco di Scorate sull’origine di Eros e sui gradi della bellezza);
- La teoria dello Stato: la *Repubblica*, lo Stato ideale e le “degenerazioni”; la tripartizione della società come riflesso della tripartizione dell’anima; la giustizia; il ruolo del filosofo; l’educazione e la conoscenza; l’arte come imitazione
- L’ultimo Platone: il demiurgo e l’origine del cosmo

Unità 4. Aristotele

- La vita, gli scritti e il rapporto con Platone;
- La metafisica: significato e definizione; l’ontologia e la teoria dell’Essere; le categorie e la sostanza; la teoria della sostanza: materia e forma, atto e potenza; le quattro cause e la critica alle idee platoniche; la concezione di Dio e la teologia;
- La fisica: la teoria della natura, il divenire e il movimento; il cosmo aristotelico; la teoria dell’anima;
- La logica: il rapporto tra linguaggio, pensiero e essere; i termini, i concetti e il rapporto tra specie e genere; i giudizi e le proposizioni; il ragionamento e il sillogismo;
- L’etica: felicità e virtù; le virtù etiche e dianoetiche; la riflessione sull’amicizia;
- La politica: l’uomo come animale politico; lo studio delle Costituzioni: le forme pure e degenerate dello Stato

Unità 5. Le filosofie dell’età ellenistica

- Epicureismo: la fisica, il materialismo e il *clinamen*; la *canonica* come teoria della conoscenza; l’etica e la felicità; il rapporto tra piaceri e desideri; la filosofia come quadrifarmaco
- Stoicismo: la definizione della libertà; il dovere come fondamento dell’etica; il bene e la virtù; le emozioni
- Scetticismo: la negazione delle verità e l’*epochè*; l’interpretazione e la confutazione tradizionale dello scetticismo

Unità 6. La filosofia cristiana

- La Patristica e Agostino: il rapporto ragione-fede; la teoria dell'Illuminazione e la polemica contro lo scetticismo; il problema del male e la polemica contro il manicheismo; la concezione del tempo e della storia;
- La Scolastica medievale: il rapporto tra ragione e fede; Anselmo d'Aosta (le prove per dimostrare l'esistenza di Dio, a priori e a posteriori); Tommaso d'Aquino (il rapporto ragione-fede, le prove dell'esistenza di Dio).

FIRMA DOCENTE

FIRMA DEI RAPPRESENTANTI DI CLASSE



Via della Colonna 9 / 11
50121 – Firenze
Tel: 0552478151 – Fax: 0552480441
Sito Web:
www.liceomichelangiolo.it
E-mail: info@liceomichelangiolo.it
Pec: FIPC04000N@pec.istruzione.it

PROGRAMMA DI STORIA

DOCENTE: Prof. Gianmario Leoni

CLASSE 3D

MATERIA Storia

A.S. 2022-2023

PROGRAMMA SVOLTO

Problemi generali dell'Alto Medioevo. Lessico e grandi rilevanze

Unità 1. Il basso Medioevo

- I poteri universali: le origini del conflitto tra Papato e Impero; i progetti imperiali di Federico Barbarossa e Federico II; i progetti teocratici di Innocenzo III e Bonifacio VIII; il declino dei poteri universali;
- Le monarchie nazionali: la nascita delle monarchie feudali in Inghilterra e Francia; le premesse dello Stato moderno e la Guerra dei Cent'anni; l'affermazione della monarchia su base nazionale in Inghilterra, Francia e Penisola iberica.
- L'Italia in epoca medievale: i Normanni in Italia; la civiltà comunale (origini, evoluzione e conflittualità); le Signorie e i Principati nel Quattrocento;
- Economia e società nel Medioevo: la rinascita a partire dall'anno Mille; la crisi del Trecento (crisi economica, sociale e politica; la peste e le sue conseguenze). Approfondimento storiografico sulla Crisi del Trecento

Unità 2. L'età delle scoperte geografiche

- Umanesimo e Rinascimento
- Scoperte, viaggi e conquiste: spagnoli e portoghesi alla conquista del Mondo; le civiltà "pre-colombiane"; gli imperi coloniali. Approfondimento storiografico sulla conoscenza dell'altro
- La globalizzazione: definizione del problema; origini di un fenomeno di lungo periodo; la "rivoluzione dei prezzi"; le origini del capitalismo; l'economia-mondo secondo Braudel e Wallerstein
- L'Italia nella prima età moderna: le "guerre d'Italia" tra Quattrocento e Cinquecento (Carlo VIII e Luigi XII); il conflitto tra Francesco I e Carlo V

Pentamestre

Unità 3. La rottura dell'unità cristiana

- La Riforma protestante: l'esigenza di riforma nella Chiesa; Lutero e i capisaldi della dottrina protestante; le conseguenze politiche e sociali; lo scontro con l'Impero; la diffusione del protestantesimo (Calvino, Zwingli e anglicanesimo)
- Controriforma e Riforma cattolica: definizione di un problema politico e storiografico; Il Concilio di Trento (le fasi, i temi e le decisioni); le conseguenze del Concilio (controllo, repressione e disciplinamento)
- La politica europea nel Cinquecento: il siglo de oro della Spagna; la nascita delle Province Unite; L'Inghilterra di Elisabetta I; la Francia dalle guerre di religione alla pacificazione dell'Editto di Nantes;

Unità 4. Il Seicento

- La Guerra dei Trent'anni: le cause e le origini; le fasi; l'intervento francese e la fine del conflitto; le conseguenze politiche e militari.
- Un secolo di crisi? Crisi demografica e crisi agraria; le diverse interpretazioni della crisi; la decadenza spagnola e la crisi della Penisola italiana;
- L'Assolutismo in Francia: la definizione generale di assolutismo; il rafforzamento della monarchia con Richelieu e Mazzarino; Luigi XIV (politica interna, religiosa, estera ed economica; i simboli e i riti del potere)
- Il costituzionalismo in Inghilterra: il contrasto tra gli Stuart (Giacomo I e Carlo I) e il Parlamento; la *Petition of rights* e lo scioglimento del Parlamento; la guerra civile e la proclamazione del Commonwealth; la dittatura di Cromwell e la Restaurazione; il tentativo assolutista di Giacomo II e la "Gloriosa rivoluzione"; il *Bill of rights*

Unità 5. Il Settecento

- Economia e società nel Settecento: andamento demografico; il rinnovamento dell'agricoltura; l'industria e la manifattura; gli ordini sociali
- I caratteri generali dell'illuminismo in politica e religione (Montesquieu, Rousseau, Voltaire);
- L'Europa del Settecento: il modello inglese e francese; il dispotismo illuminato e l'ascesa della Prussia; la Guerra dei Sette anni e le sue conseguenze

FIRMA DOCENTE

FIRMA DEI RAPPRESENTANTI DI CLASSE



via della Colonna 9 / 11 50121 –
Firenze Tel: 0552478151 – Fax:
0552480441 Sito Web:
www.liceomichelangiolo.it E-mail:
info@liceomichelangiolo.it
[C.M. FIPC04000N](http://C.M.FIPC04000N)

PROGRAMMA DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

DOCENTE: Valentina Rosini

CLASSE 3D MATERIA: Scienze Motorie e Sportive A.S. 2022/2023

PROGRAMMA SVOLTO

- Attività motoria di base : Consolidamento e rafforzamento delle capacità coordinative di base con esercizi vari e molteplici, statici e dinamici ed anche attraverso esercizi mirati alla capacità di utilizzare i vari gruppi muscolari in modo dissociato facendo lavorare i due emisferi in contrapposizione.

Consolidamento e rafforzamento delle capacità coordinative specifiche come l'equilibrio,statico,dinamico,in volo anche con l'ausilio della fune, coordinazione oculo-manuale e oculo- podalica.

Affinamento delle capacità senso-percettive e dell'organizzazione spazio-temporale.

Miglioramento dello schema corporeo e della percezione del sè.

Consolidamento e rafforzamento delle capacità condizionali: forza, velocità, resistenza.

Mobilizzazione delle principali articolazioni : coxo-femorale, scapolo-omerale; rachide.

Tonificazione della muscolatura posturale.

Allungamento attivo e passivo.

-Atletica leggera: andature preatletiche: skip alto e basso, corsa calciata, incrociata, balzi, doppio impulso, esercizi di scatto con partenza da varie posizioni; allunghi.

Conoscenza e pratica di alcune discipline di Atletica Leggera legate alla corsa ed alla staffetta.

-Pallavolo : Tecnica e partita.

-Basket : Tecnica e partita.

-Tennis-tavolo.

-Hockey.

-Ed.Civica : I traumi Sportivi.

-Film: "Southpaw" l'ultima sfida.

- Test atletici svolti: Salto in lungo da fermo; lancio del peso da fermo; funicella; test pallavolo.

L'insegnante,

Valentina Rosini

Firenze 08.06.2023