

PROGRAMMI SVOLTI 2021/22

CLASSE: 4

SEZIONE : F

DOCENTE: Alessandro

Milan

MATERIA: scienze motorie

AVVIAMENTO ALLA PRATICA SPORTIVA

prevenzione e sicurezza , regole e regolamenti , stretching

ATLETICA LEGGERA

Preatletismo generale a corpo libero e con attrezzi

Specialità : Corsa veloce , getto del peso, camminata sportiva

ATTIVITA' SPORTIVE DI SQUADRA

Pallavolo, calcetto, basket, dodgeball,

ATTIVITA' SPORTIVE INDIVIDUALI

Badminton, percorsi motori

PREPARAZIONE TEORICA:

Fair play, come diventare arbitri di calcio, i benefici dell'attività fisica, traumatologia sportiva, capacità condizionali-coordinative e allenamento, specialità dell'atletica leggera, badminton, sport all'aperto, circuit traing

Data: 02/06/2022

Firma Rappresentanti Alunni

Elena Bergantin Alessio

Firma Docente

Luca Gini