

PROGRAMMI SVOLTI 2021/22

CLASSE: 3

SEZIONE : E

DOCENTE: Alessandro

Milan

MATERIA: scienze motorie

AVVIAMENTO ALLA PRATICA SPORTIVA

prevenzione e sicurezza , regole e regolamenti , schemi motori di base , stretching ,test ingresso

GIOCHI PRESPORTIVI

Funicella , giochi propedeutici ai giochi con la palla , gioco dei 10 passaggi, percorsi motori

ATLETICA LEGGERA

Preatletismo generale a corpo libero e con attrezzi

Specialità : Corsa veloce , getto del peso, salto in lungo, camminata sportiva

ATTIVITA' SPORTIVE DI SQUADRA

Pallavolo, calcetto, basket, dodgeball,

ATTIVITA' SPORTIVE INDIVIDUALI

Badminton, il gioco degli scacchi

PREPARAZIONE TEORICA:

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

Data: 02/06/2022

Firma Rappresentanti Alunni Pizzo Pamela Alice Copuzzo

Firma Docente [Firma]