

## PROGRAMMI SVOLTI 2021/22

CLASSE: 3

SEZIONE : D

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

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

### ATTIVITA' SPORTIVE DI SQUADRA

Pallavolo, calcetto, basket, dodgeball, baseball

### ATTIVITA' SPORTIVE INDIVIDUALI

Badminton

### PREPARAZIONE TEORICA:

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

Data: 02/06/2022

Firma Rappresentanti Alunni



Firma Docente

