

Anno Scolastico: 2017-2018

Materia: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Classe: 2^a AFM

PROGRAMMA SVOLTO

SETTEMBRE – OTTOBRE

- Capacità motorie di base
 - ✓ Esercizi a corpo libero
 - ✓ Esercizi con l'uso di piccoli attrezzi
- Ultimate Frisbee

NOVEMBRE – DICEMBRE

- Capacità coordinative
 - Coordinazione spazio temporale
 - Coordinazione oculo motoria
- Pallavolo
 - Fondamentali e fase di gioco

GENNAIO – FEBBRAIO – MARZO

- Pallavolo
 - Fondamentali di gioco
 - Regolamento
- Attività di potenziamento organico

APRILE – MAGGIO – GIUGNO

- Ultimate frisbee
 - Fase di gioco
- Capacità coordinative
 - Quadro svedese

Tolmezzo, 15 giugno 2018.

Prof. Nicola Scignaro

