

Anno Scolastico: 2017-2018

Materia: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Classe: 3^a SIA

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
- Pallavolo
 - Fondamentali e fase di gioco
- pre-acrobatica

GENNAIO – FEBBRAIO – MARZO

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

APRILE – MAGGIO – GIUGNO

- Tennis

Tolmezzo, 15 giugno 2018.

Prof. Nicola Scignaro

