

ISIS "PASCHINI - LINUSSIO"
TOLMEZZO
PROGRAMMI SVOLTI
Materia SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
Classe 3 A SV
Anno scolastico 2017/2018

- Atletica:**
- Andature preatletiche e atletiche
 - Corsa di resistenza
 - Partenza dai blocchi
- Forza e mobilità articolare:**
- Esercizi a corpo libero
 - Esercizi ai grandi attrezzi
- Coordinazione ed equilibrio:**
- Esercizi a corpo libero
 - Esercizi con piccoli attrezzi
- Orienteering:**
- Lettura e uso carta
 - Parte pratica percorso Centrostudi
- Pallavolo (fondamentali e gioco):**
- Palleggio
 - Bagher
 - Schiacciata
 - la Partita
- Pallacanestro (fondamentali e gioco):**
- Palleggio
 - Passaggio
 - Tiro da fermo
- Calcio a 5:**
- Fondamentali
 - la Partita
- Tennis tavolo:**
- Fondamentali
 - la Partita
- Altre attività :**
- **Progetto Tennis**
 - Educazione al ritmo (corpo libero – step)
 - Ginnastica Posturale
 - Compilazione questionario Condizione giovanile
 - Compilazione questionario Fertilità
 - Dialogo con la classe su consapevolezza e responsabilità personali e sulle dinamiche relazionali vissute in ambito scolastico.

Tolmezzo 11 giugno 2018

Il docente



Gli allievi

