

Anno Scolastico: 2017-2018

Materia: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Classe: 4<sup>a</sup> ALC

## PROGRAMMA SVOLTO

### SETTEMBRE – OTTOBRE

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

### NOVEMBRE – DICEMBRE

- Pallavolo
  - Fondamentali e fase di gioco
- Giochi di squadra

### GENNAIO – FEBBRAIO – MARZO

- Arrampicata
- Attività di potenziamento organico

### APRILE – MAGGIO – GIUGNO

- Tennis
- Pallavolo

Tolmezzo, 15 giugno 2018.

Prof. Nicola Scignaro

