

Anno Scolastico: 2017-2018

Materia: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Classe: 4^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

- Tchouckball
- Pallavolo
 - fondamentali e fase di gioco
- giochi di squadra

GENNAIO – FEBBRAIO – MARZO

- Bocce
- Attività di potenziamento organico
- Tennis

APRILE – MAGGIO – GIUGNO

- Arrampicata sportiva
- Fitness

Tolmezzo, 15 giugno 2018.

Prof. Nicola Scignaro

