

Liceo Scientifico e Classico Ettore Majorana Desio	PROGRAMMA SVOLTO	MD 01 05 r0 Del 1 settembre 2018 Pagina 1 di 1
---	------------------	---

a.s.	2021/22	Prof.	Elena Irene/Francesca Caiulo(supplente)
classe	1I	materia	Scienze Motorie

Libri di testo	Tempo di sport del Nista Pier Luigi, Tasselli Andrea
----------------	--

Programma svolto
<p>1QUADRIMESTRE :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Esercizi di stretching e riscaldamento - Le diverse andature e allenamento di resistenza - Test resistenza 1500m - Regole e fondamentali del Tchoukball (esercizi di attacco e difesa) - Partita a squadre Tchoukball <p>2QUADRIMESTRE :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fondamentali Pallavolo (palleggio- bagher -battuta) - Fondamentali Pallacanestro (palleggio- passaggio- cambio di direzione – arresto 1tempo) - Ripasso regolamento Tchoukball e tornei a squadre - Fondamentali e regole dell'Unihockey (conduzione della palla- passaggi- tiri)

Data	Firma del docente
Desio, 08 giugno 2022	ELLENA IRENE Firmato con firma elettronica avanzata
Firmato elettronicamente dai rappresentanti di classe degli studenti	