

<i>Liceo Scientifico e Classico Ettore Majorana Desio</i>	PROGRAMMA SVOLTO	MD 01 05 r0 Del 1 settembre 2018 Pagina 1 di 2
---	------------------	---

a.s.	2022/23	Prof.	PARRELLA MICHELE
classe	2N	materia	SCIENZE MOTORIE

Libri di testo	TEMPO DI SPORT, EDIZIONE D'ANNA
----------------	--

Programma svolto

Lezione : Recupero verifiche. Tornei di fine anno.

Lezione : Tornei a squadre di fine anno.

Lezione : Esercitazioni di forza e lanci. La palla medica.

Lezione : Recupero verifica sui fondamentali del calcio. Giochi a squadre.

Lezione : Verifica gioco del calcio.

Lezione : Esercitazioni sui fondamentali del calcio. Prova della verifica. Verifica prova comune: Illinois test.

Lezione : Fondamentali del calcio: stope tiro. Esercitazioni prova comune: Illinois test.

Lezione : Fondamentali del calcio: passaggi e palleggio.

Lezione : Verifiche di reattività e coordinazione: la corda e la scaletta.

Lezione : Esercitazioni di coordinazione e reattività. La corda e la scaletta. Prove delle verifiche.

Lezione : Esercitazioni di coordinazione e reattività. La scaletta e gli ostacoli.

Lezione : Esercitazioni di coordinazione e reattività. La corda e la scaletta.

Lezione : Recupero verifica ed. civica. Tornei a squadre di Natale.

Lezione : Ed. civica: ripasso generale e verifica.

Lezione : Recupero verifica di ginnastica artistica.

Lezione : Verifica di ginnastica artistica.

Lezione : Ed. civica: sport, salute e ambiente.

<i>Liceo Scientifico e Classico Ettore Majorana Desio</i>	PROGRAMMA SVOLTO	MD 01 05 r0 Del 1 settembre 2018 Pagina 2 di 2
---	-------------------------	---

Lezione : Terza lezione di ginnastica artistica: i salti. Prova della verifica.

Lezione : Seconda lezione di ginnastica artistica: l'equilibrio.

Lezione : Recupero verifica test di Cooper. Prima lezione ginnastica artistica: l'equilibrio.

Lezione : Verifica test di Cooper.

Lezione : Giochi di squadra.

Lezione : Prova della verifica test di Cooper.

Assemblea di classe : Elezioni rappresentanti di classe.

Lezione : Esercitazioni aerobiche. Fondamentali di pallavolo.

Lezione : Esercitazioni aerobiche. Mobilità articolare e stretching.

Lezione : Accoglienza. Introduzione e presentazione anno scolastico.

Data	Firma del docente
Desio, 1 Giugno 2023	PARRELLA MICHELE Firmato con firma elettronica avanzata
Firmato elettronicamente dai rappresentanti di classe degli studenti	