



A.S.	Classe	Disciplina	Docente
2023/2024	1I	Scienze motorie	FRIGERIO ANGELO

Libri di testo

- Pier Luigi Del Nista, Andrea Tasselli – tempo di Sport (G. D’anna – edizione verde)

Programma svolto

- Il tchoukball : fondamentali individuali e di squadra , gioco e regole
- Atletica Leggera : la resistenza
- Coordinazione: andature pre-atletiche
- La giocoleria : tricks e siteswap
- La pallavolo : fondamentali di base individuali e di squadra , il gioco e le regole
- Basket : fondamentali di base individuali e di squadra , il gioco e le regole
- Atletica leggera : la velocità e rapidità
- Il tag rugby : fondamentali di base individuali e di squadra , il gioco e le regole
- Il flag football: fondamentali di base individuali e di squadra , il gioco e le regole
- Giochi di strada : palla prigioniera, palla tabellone , palla pugno.

Desio, 30 maggio 2024

Firmato dagli studenti rappresentanti di classe con firma elettronica avanzata

Il docente
Frigerio Angelo
Firmato con firma elettronica avanzata