

 LICEO STATALE SCIENTIFICO E CLASSICO "E. MAJORANA" DESIO (MB)	PROGRAMMA SVOLTO	MD 01 05 R1 (2024-04-12)
		Pagina 1 di 1

A.S.	Classe	Disciplina	Docente
2023/2024	2B	Scienze motorie	Prof.ssa Stefania Basilico

Libri di testo

- Del Nista, Tasselli– Tempo di Sport Ed.Verde (G. D’Anna)

Programma svolto

- POTENZIAMENTO FISILOGICO:
 Coordinazione : andature e attività con funicelle (costruzione di una sequenza).
 Mobilità articolare e stretching.
 Velocità: attività coordinative, sprint e reattività.
 Test motori: Illinois Agility Test (prova comune)..
- GIOCHI POPOLARI E PRE-SPORTIVI.
- PALLAVOLO: approccio globale alla disciplina, esecuzione tecnica dei fondamentali. Regolamento.
- SPORT DI RACCHETTA: BADMINTON: approccio globale alla disciplina, esecuzione tecnica dei fondamentali. Regolamento.
- PALLAMANO: approccio globale alla disciplina, esecuzione tecnica dei fondamentali. Regolamento.
- PALLACANESTRO: approccio globale alla disciplina, esecuzione tecnica dei fondamentali. Regolamento.
- APPROFONDIMENTI TEORICI: terminologia appropriata; teoria e regole degli sport e dei giochi pre-sportivi affrontati.

Desio, 8 giugno 2024

Firmato dagli studenti rappresentanti di classe con firma elettronica avanzata

Il docente

STEFANIA BASILICO

Firmato con firma elettronica avanzata