



A.S.	Classe	Disciplina	Docente
2024/2025	2G	SCIENZE MOTORIE	Parrella Michele

Libri di testo

TEMPO DI SPORT, EDIZIONE D'ANNA

Programma svolto

Tornei di fine anno.

Verifica 200 metri in pista.

Esercitazioni sulla velocità. Prova della verifica sui 200 metri in pista.

Tornei di Pasqua.

Conferenza sulle mafie.

Esercitazioni sulla velocità: gli 80 metri. Recupero prova comune.

Verifica prova comune: Illinois agility test.

Esercitazioni sulla reattività: le righe. Prova Illinois agility test.

Esercitazioni di reattività: i cinesini. Prova Illinois test.

Esercitazioni di reattività: la scaletta. Esercitazioni per la prova comune.

Recupero verifica ginnastica artistica. Tornei a squadre.

Verifica sui fondamentali della ginnastica artistica.

Fondamentali di ginnastica artistica. Prova della verifica.

Esercitazioni di ginnastica artistica: gli elementi.

Esercitazioni sui fondamentali della ginnastica: i salti.

Ginnastica artistica: l'equilibrio.

Quinta ed ultima lezione di nuoto. Valutazione finale.



Quarta lezione di nuoto.

Terza Lezione di Nuoto

Seconda lezione di nuoto.

Prima lezione di nuoto.

Ed. Civica: verifica.

Tornei a squadre.

Ed. Civica: salute e benessere.

Recupero verifica test di Cooper.

Verifica test di Cooper.

Esercitazioni aerobiche. Simulazione della verifica. Teoria e pratica dello stretching.

Ed. Civica: salute e benessere.

Ed. Civica: elezioni rappresentanti di classe e di istituto.

Esercitazioni aerobiche. Andature. Teoria e pratica dello stretching.

Accoglienza classe. Esercitazioni aerobiche. Andature e stretching.

CANOA

Desio, 3 giugno 2025

Firmato dagli studenti rappresentanti di classe con firma elettronica avanzata

Il docente

MICHELE PARRELLA

Firmato con firma elettronica avanzata