



A.S.	Classe	Disciplina	Docente
2024/2025	5I	SCIENZE MOTORIE	Sorrentino Sergio

Libri di testo

- Tempo di sport ., Pier Luigi Del Nista , G. D'Anna

Programma svolto

1. Riscaldamento -andature-stretching
2. Fondamenti teorico-pratici Ultimate
 - lanci e prese del fresbee
 - schemi tattici di squadra durante partita
3. Avviamento al pattinaggio sul ghiaccio (4 lezioni)
 - Ripresa figure di base schemi e andature
4. Riattivazione muscolare ed esercizi preparatori all'Acrogym
 - Definizione Acrogym
 - Schemi – figure -posture a corpo libero su tappetino
 - Presentazione in power point
5. Fondamenti teorico – pratici Tag Rugby
 - Lanci e prese
 - Schemi tattici di squadra durante partita
6. Consegna dispense su fair play e principi etici scolastici .

Desio, 10 maggio 2025

Il docente
Sorrentino Sergio

Firmato dagli studenti rappresentanti di classe con firma elettronica avanzata

Firmato con firma elettronica avanzata