

Anno Scolastico 2024-25

CONTENUTI DISCIPLINARI

- ☐ Giochi di gruppo: palla avvelenata, basket, gioco libero con la palla;
- ☐ Condizionamento specifico per la resistenza alla velocità, andature preatletiche in coordinazione, mobilità articolare; allenamento della resistenza aerobica,
- ☐ Salto con la funicella;
- ☐ Utilizzo di stazioni in circuito per allenare le capacità condizionali;
- ☐ Sport di squadra: Badminton, calcetto, sitting volley, pallavolo, pallamano;;
- ☐ Attività negli spazi esterni alla scuola, giardino, pista d'atletica, cortile della scuola;
- ☐ Lancio del Vortex.

Docente: Alex Colaiani

Materia insegnata: Scienze Motorie

Classe: 1AA

Testo/i adottato/i

Nessuna adozione

Argomenti svolti

Sport di squadra

Sviluppo delle capacità coordinative e condizionali attraverso l'allenamento

Sport di squadra, regole di gioco, comportamento corretto (fair play);

Data_05-06-2025

Firma degli studenti rappresentanti di classe

Firma del Docente

Alex Colaiani