

PROGRAMMA SVOLTO

MATERIA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Prof. CHIEFFO GIUSEPPE

Classe e Indirizzo 2C Ordinamento anno scolastico 2024/2025

-POTENZIAMENTO FISIOLÓGICO A CARICO NATURALE

-GIOCHI PROPEDEUTICI AI VARI SPORT

- PREATLETICI DELLA CORSA

-30 METRI PIANI

-CORSA VELOCE

- PALLACANESTRO: TIRO

-PARTITE DI TENNIS TAVOLO

-PARTITE DI BIGLIARDINO

-PARTITE DI SCACCHI

- PARTITE DI HOCKEY

-PARTITE DI PALLAMANO

-PARTITE DI TENNIS

-PARTITE DI PALLAVOLO

-PARTITE DI CALCETTO

- BADMINTON: fondamentali individuali e “mini – partite” in singolare e doppio.

-CENNI TEORICI DELLA DISCIPLINA DURANTE L'ATTIVITA' PRATICA: nomenclatura anatomica e funzionamento dell'apparato loco-motore.

Dibattiti su un corretto stile di vita e sull'importanza dell'attività fisica.

Conoscenza teorica e pratica delle regole dei principali sport di squadra praticati a scuola.

-Corso di Educazione Stradale

Data 23 Maggio 2025

Firma del docente

Giuseppe Chieffo