

PROGRAMMA SVOLTO

MATERIA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Prof. CHIEFFO GIUSEPPE

Classe e Indirizzo 4D Ordinamento anno scolastico 2024/2025

- POTENZIAMENTO FISIOLÓGICO A CARICO NATURALE
 - SALTO CON LA CORDA INDIVIDUALE E A COPPIE
 - GIOCHI PROPEDEUTICI AI VARI SPORT
 - PREATLETICI DELLA CORSA
 - 30 METRI PIANI
 - CORSA VELOCE
 - PARTITE DI PALLAVOLO
 - PARTITE DI TENNIS TAVOLO
 - PARTITE DI SCACCHI
 - PARTITE DI BIGLIARDINO
 - PARTITE DI HOCKEY
 - PARTITE DI PALLAMANO
 - PARTITE DI CALCETTO
 - PALLACANESTRO: fondamentali individuali
 - PARTITE DI TENNIS
 - 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 Primo Soccorso

Data 20 Maggio 2025

Firma del docente

Giuseppe Chieffo