

# I.T.I.S. Magistri Cumacini

PROGRAMMA SVOLTO  
anno scolastico 2023/2024

**DOCENTE**  
Stefano Butti

**MATERIA**  
Scienze Motorie e Sportive

**CLASSE**  
1EL1

- **Potenziamento fisiologico**
  - Esercizi individuali a corpo libero
- **Test motori sulle capacità motorie**
  - Illinois Agility Test
- **La pallavolo**
  - Descrizione del gioco, alcune nozioni regolamentari
  - Sviluppo di alcuni fondamentali tecnici individuali: battuta, palleggio e bagher
  - Gioco di squadra
- **Ultimate Frisbee**
  - Descrizione del gioco, alcune nozioni regolamentari
  - I lanci principali: rovescio e diritto
  - Gioco di squadra
- **La pallacanestro**
  - Descrizione del gioco, alcune nozioni regolamentari
  - Sviluppo di alcuni fondamentali tecnici individuali: palleggio, passaggio e tiro
  - Gioco di squadra
- **La pallamano**
  - Descrizione del gioco, alcune nozioni regolamentari
  - Sviluppo di alcuni fondamentali tecnici individuali: passaggio, ricezione e tiro
  - Gioco di squadra
- **Il calcio**
  - Descrizione del gioco, alcune nozioni regolamentari
  - Sviluppo di alcuni fondamentali tecnici individuali: guida della palla, ricezione e trasmissione della palla, tiro
  - Gioco di squadra
- **L'unihockey**
  - Descrizione del gioco, alcune nozioni regolamentari
  - Consolidamento di alcuni fondamentali tecnici individuali: guida della pallina, ricezione e trasmissione della pallina, tiro
  - Gioco di squadra
- **Il badminton**
  - Descrizione del gioco, alcune nozioni regolamentari
  - Gioco 1 vs 1
- **Il tennis tavolo**
  - Descrizione del gioco, alcune nozioni regolamentari
  - Gioco 1 vs 1

Data: 8 giugno 2024