|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **I.T.I.S. Magistri Cumacini**  ***PROGRAMMA SVOLTO***  **anno scolastico 2023/2024** | | |
| **DOCENTE**  **Paolo Giordani** | **MATERIA**  **Scienze Motorie e Sportive** | **CLASSE**  **1cat2** |
| * **Potenziamento fisiologico**    + Esercizi individuali a corpo libero   + Esercizi di mobilità articolare * **La pallavolo**   + Descrizione del gioco, alcune nozioni regolamentari   + Sviluppo di alcuni fondamentali tecnici individuali: battuta, palleggio e bagher   + 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: palleggio, 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   + Sviluppo di alcuni fondamentali tecnici individuali: battuta e smash   + Gioco 2 vs 2 * **Il tennis tavolo**   + Descrizione del gioco, alcune nozioni regolamentari   + Gioco 1 vs 1 | | |

Data:8 giugno 2024

Firma Docente Firma Studenti

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(Prof. Paolo Giordani)