|  |
| --- |
| **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)