

PROGRAMMA SVOLTO	
MATERIA	SCIENZE MOTORIE
CLASSE - SEZIONE	1B
DOCENTE	AGNELLI ELEONORA

PROGRAMMA EFFETTIVAMENTE SVOLTO

PRATICA

- Pallavolo: i fondamentali, le regole di gioco.
- Ultimate: i fondamentali, le regole di gioco.
- Resistenza: test 1000 metri.
- Salto della corda: test massimo numeri di saltelli in un minuto e coreografia individuale
- Badminton

TEORIA

- Fair play
- Le fasi dell'allenamento
- Capacità condizionali: Resistenza e forza
- Le dipendenze

I sottoscritti D'Orrio CAMILLA e ARIANNA Tagliabue, studenti della classe 1^B dichiarano che in data 21/05/2022 è stato sottoposto alla classe il programma effettivamente svolto di scienze motorie.

F.to
CAMILLA D'Orrio

F.to
ARIANNA Tagliabue

(Firme autografe sostituite a mezzo stampa ai sensi dell'art. 3, comma 2 del decreto legislativo n.39/1993)

Erba, 21/052022

IL DOCENTE

Agnelli Eleonora

(Firma autografa sostituita a mezzo stampa ai sensi dell'art. 3, c. 2 del DLgs n.39/1993)

[da cancellare nell'originale su cui si firma a mano]