

	SISTEMA DI GESTIONE INTEGRATO QUALITÀ-ACCREDITAMENTO UNI EN ISO 9001:2015 - MANUALE OPERATIVO ACCREDITAMENTO	<b>PROGRAMMA SVOLTO</b>	Cod. Mod. <b>DS-005</b>
	<b>I.I.S. PRIMO LEVI</b>		Rev.00 01.09.2016

## PROGRAMMA SVOLTO ANNO SCOLASTICO 2018/2019

DISCIPLINA:	<b>SCIENZE MOTORIE</b>
-------------	------------------------

CLASSE: <b>1</b>	SEZ. <b>D</b>	INSEGNANTI:	<b>DI GIORGIO ALESSANDRA</b>
------------------	---------------	-------------	------------------------------

### 1. ATTIVITÀ TEORICHE/PRATICHE:

MODULO 1	<b>TITOLO: CAPACITA' MOTORIE CONDIZIONALI E COORDINATIVE</b>
----------	--

#### 1. CAPACITÀ CONDIZIONALI:

TEST FORZA ESPLOSIVA ARTI INFERIORI: TEST SALTO IN LUNGO DA FERMO

2. CAPACITÀ COORDINATIVE: TEST SALTO DELLA FUNICELLA IN 30"

3. IL RISCALDAMENTO E LO STRETCHING

MODULO N. 2	<b>TITOLO: BASKET</b>
-------------	-----------------------

I FONDAMENTALI INDIVIDUALI, PASSAGGI, REGOLE DI GIOCO, FALLI E INFRAZIONI, ARBITRAGGI, ESERCITAZIONI A COPPIE SU TIRI A CANESTRO, PALLEGGI CON RIMBALZO, PALLEGGI AL PETTO, TERZO TEMPO, 3 VS 3, GIOCO "KO", ESERCIZI PER LA DIFESA, GIOCHI LUDICI E PROPEDEUTICI, PARTITE 5 VS 5

MODULO N. 3	<b>TITOLO: PALLAVOLO</b>
-------------	--------------------------

LE REGOLE FONDAMENTALI, IL TERRENO DI GIOCO, FALLI E INFRAZIONI, ARBITRAGGIO, I RUOLI E LE POSIZIONI IN CAMPO, I FONDAMENTALI (BAGHER, PALLEGGIO, ATTACCO E BATTUTA), ESERCITAZIONI A COPPIE, GIOCHI PROPEDEUTICI, GIOCO "CAMPO DEI CAMPIONI" NEI 3 MT E NEI 9 MT., GIOCO "BAGHERONE" EI 3 MT. E NEI 9 MT.

	<b>SISTEMA DI GESTIONE INTEGRATO QUALITÀ-ACCREDITAMENTO</b> <small>UNI EN ISO 9001:2015 - MANUALE OPERATIVO ACCREDITAMENTO</small>	<b>PROGRAMMA SVOLTO</b>	<b>Cod. Mod.</b> <b>DS-005</b>
	<b>I.I.S. PRIMO LEVI</b>		<b>Rev.00</b> <b>01.09.2016</b>

<b>MODULO N. 4</b>	<b>TITOLO: HITBALL</b>
<p>LE REGOLE FONDAMENTALI, IL TERRENO DI GIOCO, FALLI E INFRAZIONI, ARBITRAGGIO, I RUOLI E LE POSIZIONI IN CAMPO</p>	

<b>MODULO N. 5</b>	<b>TITOLO: FLAG FOOTBALL</b>
<p>4 LEZIONI CON ISTRUTTORE ESTERNO</p>	

<b>MODULO N. 6</b>	<b>TITOLO: ULTIMATE</b>
<p>4 LEZIONI CON ISTRUTTORE</p>	

Torino, \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

Docente

I Rappresentanti di Classe

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_