

**PROGRAMMA DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE PRIMO BIENNIO LICEO
ECONOMICO SOCIALE E SCIENZE UMANE CLASSE 1B les**

ANNO SCOLASTICO 2019-2020 DOCENTE:PROF.SSA Fabio De Siatì

PROGRAMMA FINO AL LOCKDOWN

- PROGETTO SPECIAL OLYMPICS
- PROGETTO BEACH VOLLEY PER I PRIMI
- PROGETTO TORNEO INTERNO DI PALLAVOLO PER I SECONDI
- PROGETTO CAMPIONATI STUDENTESCHI CORSA CAMPETRE
- PROGETTO TORNEO CALCETTO FEMMINILE
- ATTIVITA' PRATICHE IN PALESTRA
- FASE DI RISCALDAMENTO
- ESERCIZI A CORPO LIBERO
- ESERCIZI IN SPOSTAMENTO-ANDATURE
- ESERCIZI DI PREATLETICA
- GIOCHI PALLAVOLO E BASKET
- SPALLIERA
- ESERCIZI CON FUNICELLA-BACCHETTA-
- STREACHING
- PICCOLE COMPOSIZIONI DI AEROBICA
- PALLAVOLO FONDAMENTALI
- BASKET FONDAMENTALI
- TENNIS DA TAVOLO
- BADMINTON

PROGRAMMA DAL 9 MARZO CON DIDATTICA A DISTANZA

-RICERCA SU FAIRPLAY

-esercizio ricostruisci il movimento, dall'esecuzione ideomotoria al movimento.

- Il presente programma è stato letto e riconosciuto dai rappresentanti di classe in data 04/06/2020

Docente **Fabio De Siatì**