

a.s. 2021/22

PROGRAMMA DI Scienze motorie e sportive)

Docente: Terdelinda Rastelli

Gioco come riscaldamento
Esercizi di mobilità dinamica generale
Esercizi di potenziamento
Stretching
Esercizi a coppie in varie modalità
Lezione all'aperto

Pallavolo:
palleggi in varie modalità, battute, schiacciate, partite

Pallacanestro:
staffetta, dai e segui, treccia. Partite.

Pallamano:
passaggi, partite.

Tennis tavolo:
partite

Progetto taghiamo:
arrivo del tutor del progetto

Partite di dodgeball

Perugia, 08.06.2022

GLI ALUNNI

Victorio Pozzo
Gabriele Mastelloni

IL DOCENTE

Terdelinda Rastelli