

ANNO 2022/23 CLASSE 2 B LL

PANE MARIA GRAZIA SCIENZE MOTORIE

TRIMESTRE (SETTEMBRE-DICEMBRE)

Conoscenza componenti classe

Conoscenza a livello motorio

Prove salto in lungo da fermo

Fondamentali della pallavolo

Badminton a gruppi

Prove navetta 4x10

Teoria: apparato scheletrico + alimentazione

PENTAMESTRE (GENNAIO-MAGGIO)

Esercizi pallavolo

fresbee indoor

tchukball

fondamentali del basket

test motorio degli addominali

test motorio del plank

test motorio del salto con la funicella

test motorio lancio della palla medica da 2 kg

rugby

EDUCAZIONE CIVICA visione film 42- la vera storia di una leggenda americana **(2h con voto)**